المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
كلية التربية
قسم علم النفس

الصلابة النفسية
والمساندة الاجتماعية والاكتئاب
لـــدى عينة من طلاب المـــرحلة الثانـــوية
المتضـــررين وغير المتضـــررين من السيـــول بمحافـــظة جـــدة

إعداد الطالب
الحسين بن حسن محمد سيد

إشراف
سعادة الدكتور / هشام بن محمد إبراهيم مخيمر
الأستاذ المشارك بقسم علم النفس

دراسة مقدمة إلى قسم علم النفس بكلية التربية ـ جامعة أم القرى
متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس
تخصص (الإرشاد النفسي)
الفصل الدراسي الثاني
١٤٣٣هـ ـ ٢٠١٢م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ رَّبُّكُمۡ أَعۡلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمۡۚ إِن تَكُونُواْ صَٰلِحِينَ فَإِنَّهُۥ كَانَ لِلۡأَوَّٰبِينَ غَفُورٗا ﴾

الإسراء: ٢٥

مستخلص الدراسة

عنوان الدراسة:

الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

أهداف الدراسة:

١. التعرف على مستوى كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

٢. معرفة العلاقة بين كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

٣. التحقق من وجود فروق في كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب ، ترجع إلى حالة الطالب(متضرر – غير متضرر) وإلى التخصص (علمي – شرعي) .

٤. إمكانية التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

عينة الدراسة: تم إجراء الدراسة على عينة قدرها (٤١٢) طالباً، منهم (٢٠١) طالباً من الطلاب المتضررين من السيول، و(٢١١) طالباً من غير المتضرر ين من طلاب المدارس الثانوية بمحافظة جدة.

أدوات الدراسة: ١- مقياس الصلابة النفسية. إعداد: مخيمر(٢٠١١م). ٢- مقياس المساندة الاجتماعية. أعداد الباحث(٢٠١١م). ٣ -مقياس الاكتئاب. إعداد الدليم وآخرون(١٩٩٣م).

الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم استخدام معاملات ارتباط بيرسون، واختبار (ت)(**T.test**)، وتحليل الانحدار المتعدد بطريقة (**Stepwise**).

النتائج:

١ - كان مستوى الصلابة النفسية لدى المتضررين متوسطاً حيث تراوحت الاستجابات بين (٧٨ -١٠٧) بمتوسط قدره(٩٩.٩١)، وأن أكثر أبعاد الصلابة النفسية تأثيرا لدى المتضررين هو الالتزام ثم التحدي ثم التحكم، كما كان مستوى الصلابة النفسية لدى غير المتضررين متوسطاً بمقدار (١٠٣.٦٨).

٢ -كان مستوى المساندة الاجتماعية لدى المتضررين متوسطا حيث تراوحت الاستجابات بين (٥٧ -٧٨) للطلاب المتضررين، وأن أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية تأثيرا لدى المتضررين هو بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء ثم بعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة، كما كان مستوى المساندة الاجتماعية متوسطاً لدى غير المتضررين حيث تراوحت الاستجابات بين (٥٧ -٧٨) وكان للأبعاد الترتيب نفسه.

٣ - كان مستوى الاكتئاب متوسطا لدى المتضررين بمتوسط (١١٢.٩٥)، وكذلك لدى غير المتضررين بمتوسط(١١١.٠٩) لصالح الطلاب المتضررين.

٤ -توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا عند (٠.٠٥) بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية.

٥ -لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب.

٦ -توجد علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيا بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس المساندة الاجتماعية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب.

٧ -توجد فروق ذات دلاله احصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحله الثانوية على أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين.

٨ - لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي).

٩ -توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين.

١٠ -لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي).

١١ -توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر) لصالح الطلاب المتضررين.

١٢ -لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي).

١٣ -يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال المساندة الاجتماعية فقط لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

التوصيات: في ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بما يلي:

١ -إعداد البرامج الإرشادية لرفع مستوى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتعزيزها لدى الطلاب المتضررين وغير المتضررين.

٢ -تقديم دورات تدريبية في مهارات التخلص من الضغوط للطلاب المتضررين.

٣ -التوسع في خدمات المساندة الاجتماعية وخاصة الحكومية في المناطق المتضررة حتى توفر للطلاب المتضررين البيئة الآمنة التي تحفظ لهم استقراراهم النفسي.

٤ -تشكيل لجان تطوعية دائمة بجهود الشباب الذي بادروا بها برعاية مؤسسات اجتماعية.

ABSTRACT

Title: Hardiness and social support and depression among a sample of high school students affected and non affected by the floods in Jeddah.

Objectives:

1. Identify the level of hardness psychological and social support and depression in high school students affected and is affected by the floods in Jeddah.
2. Know the relationship between each of the hardness psychological and social support and depression in high school students affected and is affected by the floods in Jeddah.
3. Check for differences in both hardness psychological and social support and depression, due to student status (affected - not affected) and specialization (scientific - illegal).
4. Predictability of depression through all of the mental strength and social support to high school students affected and is affected by the floods in Jeddah.

Approach to the study: The researcher used the descriptive method a linking comparative.

Sample: The study was conducted on a sample of (412) students, of whom (201) students from the students affected by the floods, and (211) students from non-affected yen, high school students in Jeddah.

Tools: 1 - measure mental toughness. Prepared by: Mukhaimar (2011) .2 - a measure of social support. Researcher (2011). 3 - a measure of depression. The preparation of the Dulaimi et al (1993).

Statistical methods used: the use of Pearson correlation coefficients, and test (T) (T.test), and multiple regression analysis in a way (Stepwise).

Results:

1 - The level of mental toughness affected average responses ranged between (78-107) with an average of (99.91), and that more dimensions of the psychological impact toughness of those affected is a commitment to challenge and then control, as was the level of mental toughness is affected by moderate (103.68) .

2 - The level of social support affected the average responses ranged between (57-78) for students affected, and that more dimensions of social support is affected by the impact of social support after by the family and then of social support by friends and then feel good about self-support social, and social support after by the government, as was the average level of social support is affected by the responses ranged between (57-78) and had the dimensions of the same order.

3 - The average level of depression affected the average (112.95), as well as in non-affected average (111.09) for the affected students.

4 - There is a positive correlation statistically significant at (0.05) between the degree of high school students affected and is affected by the floods on the scale of hardness between the psychological and grades on a scale of social support.

5 - There is no relationship statistically significant correlation between the degree of high school students affected and is affected by the floods on the scale of hardness between the psychological and grades on a scale of depression.

6 - There is a negative correlation between the degree of statistically significant high school students affected and non affected by floods on a scale of social support and their grades on a scale of depression.

7 - no statistically significant differences between the average degrees of high school students on the dimensions and degree of mental toughness was attributed to the college student status (injured party is harmed) in favor of students is affected.

8 - There are significant statistical differences between mean scores of high school students affected and non affected the psychological scale rigidity due to the variable area of study (normally illegal) for the benefit of students of specialization (naturally).

9 - There are significant statistical differences between mean scores of high school students on a scale of social support due to student status (injured party is harmed) in favor of students is affected.

10 - There are no significant statistical differences between mean scores of high school students affected and non affected on a scale of social support due to the variable area of study (normally illegal).

11 - There are significant statistical differences between mean scores of high school students on a scale of depression due to student status (affected non-affected) for the affected students.

12 - There are no significant statistical differences between mean scores of high school students affected and non affected on a scale of depression due to the variable area of study (normally illegal).

13 - can predict depression through social support only among high school students affected and is affected by the floods in Jeddah.

Recommendations: In light of the findings of the results of the present study, the researcher recommends the following:

1 - Preparation of extension programs to raise the hardness level of psychological and social support and promotion of students affected and non affected.

2 - Provide training in the skills to get rid of the pressure for students affected.

3 - expansion of the social support services, especially government in the affected areas to provide a safe environment Atalab affected by them Astaqrariham mental reservation.

4 - the formation of permanent committees of voluntary efforts of young people who took the initiative under the auspices of social institutions.

الإهداء

إلى الذي جعل حسن الخلق وباب العلم نورا يستضيئ به أبناؤه ، إلى من شجعني وحفزني على حب العلم وتحدي الصعاب إلى النبع المتدفق حبا ورعاية، إلى أبي الغالي، عرفانا مني وتقديرا للتضحيات التي بذلها ، داعيا المولى عز وجل أن يرحمه وأن يسكنه فسيح جناته وأن يجعل مثواه الفردوس الأعلى من الجنة .

وإلى من لها فضل عظيم يعجز عن الوفاء به أي إهداء وتقدير ، إلى من أسكنتني شغاف قلبها حبا و حنانا إلى أجمل نغم في الوجود ، إلى أمي الحبيبة ، أمد الله في عمرها وشفاها وحفظها من كل سوء .

إلى إخواني وأخواتي الذين مدوا لي يد العون والمساعدة وكانوا لي نعم العون بعد الله ومافتئوا يدعموني بكل غالي ونفيس، أسأل الله أن يمتعكم وأولادكم بالصحة والعافية.

إلى الأرواح التي باركت لي في بذرة هذا المجهود ، ورحلت عن الدنيا ولم ترى ثمرتها إلى روح أخي المهندس أبي هشام ابراهيم الزاهد، وإلى روح الشاعر الأستاذ / عبده بن حسن السيد ، وإلى روح أختي أم أحمد رحمكم الله رحمة واسعة وتغمدكم بواسع رحمته ومغفرته.

إلى من شاركتني هموم الدراسة والبحث والصبر على مشقة السفر والترحال، إلى رفيقة دربي وشريكة عمري وآمالي، إلى من وقفت بجانبي وآزرتني ، وتحملت الكثير أثناء انشغالي بإعداد هذه الدراسة، إلى زوجتي الغالية.

وإلى رياحين قلبي ومقل عيني أولادي

إلى أقربائي و أصدقائي ، وكل من اهتم بدراستي ووقف إلى جانبي .

وإلى كل طالب علم.

أهدي ثمرة جهدي .

الباحث

شكروتقدير

الحمدلله وحده القائل في محكم تنزيله قال تعالى : ﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِيٓ أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ ٱلَّتِيٓ أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَٰلِحًا تَرْضَىٰهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ ٱلصَّٰلِحِينَ ﴾ (سورة النمل ، الآية : ١٩) ، والشكر له على امتنانه وفضله، شكرا يليق بجلاله وعظمته وقدرته .

فيطيب لي بعد إنجاز هذا العمل أن أسجد لله حمدا وشكرا على ماوهبني من عون وصبر من أجل إتمامه، والذي أرجوا أن يكون خالصا لوجهه الكريم وأن يرزقني أجره والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وخاتم النبيين وسيد الأولين والآخرين محمد بن عبدالله وعلى آله الأطهار وصحبه الأبرار . وبعد ،

إن القيام بأية دراسة علمية يضع الباحث بين أيدي كثير من أولي العلم وأهل الفضل ولا شك ان أولهم سعادة الدكتور / هشام بن محمد مخيمر ، الذي شرفني متفضلا بالإشراف على هذا البحث ، فيسعدني أن أتقدم بأسمى آيات الشكر وعظيم الإمتنان لسعادته، والذي كان لكريم صبره ، وجم تواضعه ، وجميل قوله ، ولدقة ملاحظاته ، وجديته الصادقة ، وتوجيهاته القيمة ، الدور الكبير في ظهور هذا البحث بهذه الصورة ، حيث كان لي نعم المشرف المشجع والموجه في كل خطوة من خطوات هذا البحث ، فله أبلغ الدعاء وخالص الثناء راجيا المولى عزوجل أن يبارك فيه ، ويجزيه كل خير ، ويجعل ذلك في ميزان حسناته.

كما يسرني أن أتقدم بكل الإحترام والتقدير وجزيل الشكر والعرفان لأصحاب السعادة الأستاذ الدكتور / إلهامي عبدالعزيز إمام ، والدكتور / عابد بن عبدالله النفيعي، لتفضلهما بمناقشة خطة الدراسة وإسداء النصح والإرشاد بما أثرى الموضوع .

كذلك الشكر والتقدير والعرفان موصول لأعضاء لجنة المناقشة سعادة الدكتور / عابد بن عبدالله النفيعي و سعادة الدكتور / سالم بن محمد المفرجي لما بذلاه من وقت وجهد في تقويم هذا البحث وسيكون لتوجيههما أكبر الأثر في إثراء هذه الدراسة ، راجيا أن أكون أهلا للإفادة منها.

ولست أنسى في هذا المقام أن أتقدم بجزيل الشكر وفائق التقدير وعظيم الإمتنان إلى أصحاب الأيادي البيضاء والجهود المخلصة سعادة عميد كلية التربية الأستاذ الدكتور / زايد بن عجير الحارثي ، وسعادة رئيس قسم علم النفس الدكتور / سالم بن محمد المفرجي، فلقد صدقوني النصيحة والمشورة ، فلهم مني خالص الشكر وصادق الدعاء بأن يوفقهم الله ويلهمهم العلم النافع..

والشكر موصول إلى جميع أساتذتي بقسم علم النفس وكلية التربية بجامعة أم القرى ، وإلى كل من قدم لي عونا أو مساعدة أثناء مراحل إعداد هذه الدراسة ، وأخص بالشكر سعادة الدكتور/ حسين بن عبدالفتاح الغامدي ، والسيد الدكتور / عيدروس بن أحمد العيدروس ، وسعادة الأستاذ الدكتور / محمد حمزة السليماني ، والأستاذ الدكتور / عبدالمنان ملا معمور بار، اللذين علموني كيف يكون العطاء في أجمل معانيه ، والعزيمة في أبهى حللها ، والصبر في أقوى صوره .

كما يشكر الباحث جميع مديري المدارس والمعلمين والطلاب في المرحلة الثانوية لتشجيعهم ودعمهم ومساندتهم لإتمام هذا البحث .

هذا ويصعب حصر كل من قدم العون، فلهم جميعا الشكر والتقدير، سائلا العلي القدير أن يجعل هذا العمل خالصا لوجهه الكريم وأن ينفع به ، وآخر دعوانا أن الحمدلله رب العالمين.

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
ملخص الدراسة باللغة العربية	أ
ملخص الدراسة باللغة الانجليزية	ب
الإهداء	ج
الشكر والتقدير	د
قائمة المحتويات	و
قائمة الجداول	ي
قائمة الملاحق	ل
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
مقدمة	٢
مشكلة الدراسة وتساؤلاتها	٤
أهداف الدراسة	٥
أهمية الدراسة	٥
مفاهيم الدراسة الإجرائية	٦
حدود الدراسة	٧
الفصل الثاني: الإطار النظري بحوث ودراسات سابقة	
أولاً: الإطار النظري	٩
الصلابة النفسية	١٠
مفهوم الصلابة النفسية	١٢
أهمية الصلابة النفسية	١٣
أبعاد الصلابة النفسية	١٤
خصائص ذوي الصلابة النفسية	١٧
النظريات المفسرة للصلابة النفسية	١٩

نظرية كوبازا	١٩
نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا	٢٠
نظرية مادي	٢٠
المساندة الاجتماعية	٢٣
مفهوم المساندة الاجتماعية	٢٤
أهمية المساندة الاجتماعية	٢٧
مصادر المساندة الاجتماعية وأبعادها	٢٩
النماذج الرئيسية المفسرة للمساندة الاجتماعية	٣٢
المساند الاجتماعية الحكومية	٣٤
دور العمل التطوعي	٣٦
الاكتئاب	٣٩
مفهوم الاكتئاب	٤١
أنواع الاكتئاب وأعراضه	٤٣
أسباب الاكتئاب	٤٦
النظريات المفسرة للاكتئاب	٤٨
رابعاً: الكوارث الطبيعية "السيول"	٥١
مفهوم الكارثة	٥١
السيول	٥٢
الآثار التربوية والنفسية للسيول	٥٣
النظريات المفسرة للكوارث الطبيعية والصدمات الناتجة عنها	٥٨
ثانياً: بحوث ودراسات سابقة	٦١
الدراسات التي تتعلق بالصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات	٦١

الدراسات التي تتعلق بالمساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات	٧٠
الدراسات التي تتعلق بالاكتئاب وعلاقته ببعض المتغيرات	٧٤
الدراسات التي تتعلق بالكوارث الطبيعية	٧٧
التعقيب على الدراسات السابقة	٨٠
ثالثاً: تساؤلات وفروض الدراسة	٨٥
الفصل الثالث: إجراءات الدراسة	
منهج الدراسة	٨٨
مجتمع الدراسة	٨٨
عينة الدراسة	٨٩
أدوات الدراسة	٩١
الأساليب الإحصائية المستخدمة	١٠٦
الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها	
التساؤل الأول	١٠٨
التساؤل الثاني	١١١
التساؤل الثالث	١١٤
الفرض الأول	١١٥
الفرض الثاني	١١٧
الفرض الثالث	١١٨
الفرض الرابع	١١٩
الفرض الخامس	١٢٠
الفرض السادس	١٢٢
الفرض السابع	١٢٤
الفرض الثامن	١٢٥
الفرض التاسع	١٢٧

الفرض العاشر	١٢٨
الفصل الخامس: ملخص نتائج الدراسة والتوصيات والمقترحات	
ملخص النتائج	١٣١
التوصيات	١٣٢
المقترحات	١٣٢
مراجع الدراسة	
المصادر	١٣٣
المراجع باللغة العربية	١٣٣
المراجع باللغة الأجنبية	١٤١
المواقع الالكترونية	١٤٣

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
١	أعداد مجتمع الدراسة وفقاً للمنطقة الجغرافية لمكاتب التربية والتعليم	٨٩
٢	توزيع أعداد عينة الدراسة الطلاب (المتضررين) في المدارس الثانوية	٨٩
٣	توزيع أعداد عينة الدراسة الطلاب (غير المتضررين) في المدارس الثانوية	٩٠
٤	توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير الحالة(متضرر – غير متضرر)	٩٠
٥	توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير الصف الدراسي	٩١
٦	توزيع عيّنة الدّراسة وفقاً لمتغير التخصّص	٩١
٧	معاملات الارتباط ومستوى دلالتها بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه ، والارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان	٩٢
٨	معامل ثبات استبيان الصلابة النفسية وثبات كل بعد من أبعاده باستخدام معامل ثبات ألفا	٩٣
٩	يبين معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	٩٥
١٠	معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية(ن=٤٠)	٩٦
١١	قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات مقياس الصلابة النفسية للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	٩٦
١٢	قيم معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الصلابة النفسية للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	٩٧
١٣	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	١٠٠
١٤	معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	١٠٠
١٥	قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات مقياس المساندة الاجتماعيةللعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)	١٠١
١٦	قيم معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس المساندة الاجتماعية للعينة الكلية (ن=٤٠)	١٠٢
١٧	قيمة تشبعات الفقرات على عاملي مقياس الاكتئاب بعد التدوير	١٠٣
١٨	قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين لعاملي مقياس الاكتئاب	١٠٤
١٩	معاملات الارتباط بين كل فقرة ومجموع الفقرات في مقياس الاكتئاب	١٠٥

٢٠	المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الصلابة النفسية	١٠٨
٢١	المتوسطات والانحرافات ومستوى أبعاد الصلابة النفسية	١٠٩
٢٢	المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى المساندة الاجتماعية.	١١١
٢٣	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي ومستوى أبعاد المساندة الاجتماعية.	١١٢
٢٤	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي ومستوى الاكتئاب	١١٤
٢٥	معامل الارتباط بين ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجته الكلية و أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية	١١٥
٢٦	معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وكل بعد من أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية	١١٧
٢٧	معامل الارتباط بين ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجته الكلية و الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	١١٨
٢٨	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر -غير متضرر)	١١٩
٢٩	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي(شرعي - طبيعي)	١٢٠
٣٠	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر)	١٢٢
٣١	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي(شرعي - طبيعي)	١٢٤
٣٢	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر)	١٢٥
٣٣	تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي)	١٢٧
٣٤	معاملات الانحدار لتحليل تباين الانحدار المتعدد	١٢٨

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
١	مقياس الصلابة النفسية في صورته الأولية	١٤٥
٢	مقياس المساندة الاجتماعية في صورته الأولية	١٤٧
٣	قائمة المحكمين	١٤٩
٤	مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية	١٥٠
٥	مقياس المساندة الاجتماعية في صورته النهائية	١٥٢
٦	مفتاح تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية	١٥٤
٧	مقياس الاكتئـاب	١٥٦
٨	خطاب معهد البحوث بتسجيل الموضوع	١٥٩
٩	خطاب سعادة عميد كلية التربية إلى سعادة مدير التربية والتعليم بمحافظة جدة	١٦٠
١٠	خطاب سعادة مدير التربية والتعليم بمحافظة جدة بالسماح بتطبيق الدراسة ميدانيا	١٦١

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة.
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها.
- أهداف الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.
- حدود الدراسة.

مقدمة:

إن شخصية الإنسان وصحته النفسية تتأثّر بالعديد من المواقف والضّغوط الاجتماعية والاقتصادية والثّقافية، ومن أبرزها ما ينتج عن الكوارث والأزمات، التي تحدث إمّا لأسبابٍ طبيعيةٍ خارجةٍ عن نطاق الإنسان، كالكوارث الطبيعية بأنواعها، أو لأسبابٍ يكون الإنسان سبباً فيها كالحروب.

تُمثل الكوارث اليوم معضلة بشرية ومادية لجميع المجتمعات والحكومات، حيث عانت هذه المجتمعات ولا تزال تعاني بدرجات متفاوتة من أضرار هذه الكوارث، ففي المملكة العربية السعودية التي تُصنّف من بين الدول الأقل تعرضاً لِلكوارث وبخاصة الكوارث الطبيعية، نجد أنها قد شهدت في السنوات الأخيرة حدوث العديد من الكوارث، سواء ما تعلق منها بهطول الأمطار الغزيرة أو السيول الجارفة أو بعض الكوارث الصناعية (هيجان،١٩٩٧م).

ولأن من طبيعة الكوارث والأزمات الدمار بشتى أشكاله الحسية والمعنوية، كالاعتداء على حرية الفرد وأمنه وتكوينه النفسي، فإنها تترك آثارا سلبية على الفرد والمجتمع، وقد أشارت الأطر النظرية المختلفة أن الأفراد الذين يعيشون في مناطق الكوارث والأزمات أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية من غيرهم(السميري،٢٠١٠م).

ومن الكوارث التي حصلت في المملكة العربية السعودية نتيجةً للسُّيول والفيضانات، ما حدث عام ١٤٣٠هـ من أمطار غزيرة هطلت على مدينة جدة، ترتب عليها سيول جارفة أدت إلى أضرار جسيمة.

ومع كل ذلك لاحظ الباحث أن معظم المتضررين استطاعوا التغلب على هذه الأوضاع، وهذا يدل على أنهم يحتفظون بمستوى عال من القوة والمناعة النفسية أو المقاومة النفسية ـ أو ما يطلق عليها بالصلابة النفسية ـ رغم تعرضهم لأحداث حياتية ضاغطة ناجمة عن كارثة بحجم هذه الكارثة، فلذلك يرى الباحث أن هذا الأمر يستحق الوقوف لفحص العوامل والمتغيرات التي ساعدت الأفراد على التوافق مع هذه الأحداث الحياتية الضاغطة، كما يرى الباحث أنه لابد من قياس مستوى المناعة النفسية لديهم.

ومما لاشك فيه أن الصلابة النفسية من أول العوامل والمتغيرات التي ساعدت الأفراد على التغلب على هذه الأزمات وكيفية التعامل معها كما أشارت إلى ذلك كوبازا Kobaza، حيث توصلت إلى أن الصلابة النفسية هي التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، وإلى أنها مجموعة من الخصائص النفسية التي تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدي، وهذه الخصائص شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية بالرغم من التعرض للأحداث والضغوط (عبدالصمد،٢٠٠٢م).

ويرى الباحث أن المساندة الاجتماعية في ظل هذه الظروف تعتبر داعم اجتماعي قوي ومؤثر في المقاومة النفسية أو الصلابة النفسية لدى الأفراد المتعرضين للكارثة، حيث أن الإنسان عندما يشعر بأن حوله من سيقوم بمساعدته وعونه والوقوف إلى جانبه سواء من أسرته أو أقاربه أو أصدقائه وجيرانه وزملائه، والمسئولين،

فإنه يشعر بالاستقرار النفسي والطمأنينة، وهذا يشكل لديه القدرة على التحدي والإصرار على التغلب على الأحداث الضاغطة، كما تمكنه من التحكم بما يدور حوله، والتحكم في طريقة تفكيره وحل مشكلاته ، وكل هذا يزيد من قوته وصلابته النفسية لمواجهة الأحداث الضاغطة، وبذلك يعتبر الباحث أن المساندة الاجتماعية داعم قوي من الدواعم التي تشكل الصلابة النفسية وتقويها في حال تحققها.

وتعد المساندة الاجتماعية من أهم المصادر المخففة من حدة وقع هذه الأحداث والضغط على الأفراد، حيث تساعده على التكيف مع الخبرات المؤلمة وما يترتب عليها، لأنه من خلال المساندة الاجتماعية يتلقى مشاعر الدفء والود والمحبة من الأشخاص المقربين منه، حيث يساعدونه على التغلب على أزماته وشدائده ومصائبه، وهذا يتوقف على عمق المساندة واعتقاد الفرد بكفايتها، كما تعتبر العلاقات الاجتماعية من أهم مصادر المساندة الاجتماعية، بحيث تشكل للفرد درعا واقيا من الانحرافات والعزلة، مما يجعله يعيش مطمئنا هادئ النفس كما تساعده لأن يكون شخصا فعالا في المجتمع(السميري،٢٠١٠م).

وبما أن ضغوط الحياة وأحداثها الحرجة هي من طبيعة الوجود الإنساني، إلا أن ذلك قد لا يحدث عند كل الأفراد، فقد لوحظ أن معظم الأفراد يحتفظون بمستوى عالٍ من القوة النفسية أو المناعة النفسية، ولا يصيبهم الكرب النفسي بالرغم من تعرضهم لأحداث حياتية ضاغطة الأمر الذي يجعلنا نعطي دوراً هاماً لشخصية الفرد بكل جوانبها(المفرجي، الشهري،٢٠٠٨م).

وبالتالي فإن تأثير الأحداث الحياتية الضاغطة وخاصة الفقد، يؤدي إلى الشعور بالألم والحزن والفشل الذي يؤدي إلى الإحباط وبالتالي يترك آثارا نفسية سيئة على الصحة النفسية، ومن أهم هذه الآثار التي سيركز عليها الباحث في دراسته الاكتئاب ومدى تأثير كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية مجتمعة عليه، كون الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية من أهم المصادر النفسية والاجتماعية الواقية من آثار الضغوط، كما أشار جانيلين وبلاني Ganellen & Blaney إلى أن بعض الدراسات قد تناولت الصلابة بمفردها، بينما البعض الآخر تناول المساندة الاجتماعية كمتغير نفسي اجتماعي يقي الفرد من آثار الضغوط، مع أنه من المهم أن تقوم بدراسة الصلابة النفسية في تفاعلها مع المساندة الاجتماعية فهما وجهان لعملة واحدة أو جانبان لشيء واحد(مخيمر،١٩٩٧م).

كما أشارت دراسات عدة إلى العلاقة بين هذه المتغيرات مجتمعة وبين بعضها البعض على حدة، ومن هذه الدراسات دراسة نجلاء عبدالمعبود(٢٠٠٥م) التي هدفت إلى فحص تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناتجة عن صدمات الحوادث، ودراسة دخان والحجار(٢٠٠٦م) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية والصلابة النفسية لديهم، ودراسة مخيمر(١٩٩٧م) التي هدفت إلى التعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي.

مشكلة وتساؤلات الدراسة

تتمثل المشكلة التي تناولتها الدراسة الحالية في كارثة سيول محافظة جدة التي حدثت في عامي ١٤٣٠هـ - ١٤٣١هـ، التي ألحقت أضراراً بليغة بالمناطق المتضررة، وبمراجعة أدبيات الدراسة لم يجد الباحث دراسة طُبقت على المتضررين وغير المتضررين من السيول في المملكة العربية السعودية، بينما وجد دراسة عربية واحدة في جمهورية مصر العربية طُبقت على المتضررين وغير المتضررين قام بها بسيوني سليم ومحمد الديب (١٩٩٥م)، حيث سعت إلى الكشف عن التأثيرات النفسية والاجتماعية لكارثة السيول لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية والثانوية، ولكون هذه الدراسة هي الأولى من نوعها على حد علم الباحث فسيسعى فيها إلى قياس مستوى متغيرات الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى المتضررين من السيول ومقارنتها بغير المتضررين من طلاب المرحلة الثانوية، ثم البحث عن إمكانية وجود علاقات ارتباطية مع بعضها البعض، أو وجود فروق بينها في ضوء متغير حالة الطالب (متضرر - غير متضرر)، وفي ضوء متغير التخصص (شرعي - طبيعي)، وإمكانية التنبؤ بالاكتئاب من خلال مستوى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، وعلى ذلك يرى الباحث ضرورة هذه الدراسة التي تجمع بين هذه المتغيرات على هذه الفئة من الطلاب، ويتوقع الباحث أن تضيف نتائج الدراسة أساساً نظرياً مهما لفهم العلاقة بين هذه المتغيرات والتي من خلالها يمكن بناء العديد من البرامج الإرشادية والوقائية التي تفيد هذه الفئة من المجتمع وكيفية التعامل معهم من قبل الأخصائيين والقائمين على رعايتهم، وعلى ذلك تتمحور مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي :

ما العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟ وينبثق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية :

١. ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟
٢. ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟
٣. ما مستوى الاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟
٤. هل توجد علاقة بين الصلابة النفسية وكل من المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟
٥. هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟
٦. هل توجد فروق في كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية والتي ترجع إلى حالة الطالب (متضرر – غير متضرر)، وإلى التخصص (علمي – شرعي) ؟

٧. هل يُمكِن التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى :

٥. التعرف على مستوى كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

٦. معرفة العلاقة بين كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

٧. التحقق من وجود فروق في كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب ، ترجع إلى حالة الطالب (متضرر – غير متضرر) وإلى التخصص (علمي – شرعي) .

٨. إمكانية التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

أهمية الدراسة

أولا: الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة في موضوعها، الذي تناولته، وفي المشكلة التي تقوم ببحثها، وهي التعرف على مستوى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

كما أنها ستعرفنا بمتغيرٍ هام يتعلق بسمات الفرد الشخصية وهو متغير الصلابة النفسية أو المناعة النفسية، ودوره في مساعدة الفرد على التحكم والالتزام والتحدي والسيطرة تجاه المواقف الحياتية بشكل عام، كما ستعرفنا هذه الدراسة بالدور المتكامل للدعم الاجتماعي مع الصلابة النفسية في مواجهة الضغوط، وكيفية تخفيف الصدمات المصاحبة لأحداث الحياة الضاغطة.

كما أن العينة التي تناولتها الدراسة وهي عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، لها أهميتها كمرحلة عمرية حرجة يتميز أفرادها بسمات تتعلق بالمرحلة وهم في أمس الحاجة إلى الاهتمام والرعاية من أجل تحقيق أكبر قدر من الاطمئنان النفسي والراحة النفسية والصلابة النفسية التي تساعدهم في التغلب على أحداث الحياة الضاغطة.

ثانيا: الأهمية التطبيقية:

نتائج هذه الدراسة قد تفيد الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والتربويين في:

١. تنفيذ برامج للإرشاد الوقائي.
٢. وضع برامج إرشادية لتعزيز كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٣. وضع برامج إرشادية لكيفية التخلص من الضغوط النفسية الناتجة عن الكوارث والأزمات.
٤. وضع برامج لكيفية التغلب على أحداث الحياة الضاغطة ومواجهتها.

مفاهيم الدراسة

الصلابة النفسية Psychological Hardiness

تعرف كوبازا kobaza الصلابة النفسية بأنها "مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام، والتحكم، والتحدّي"(راضي،٢٠٠٨م: ٢١).

تعرف لولوة حمادة و عبداللطيف (٢٠٠٢م) الصلابة النفسية بأنها مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث تساهم في تسهيل الإدراك والتقويم والمواجهة الذي يقود إلى التوصل إلى حل الموقف الذي خلقته الظروف الضاغطة.

وتُعرّف الصلابة النفسية إجرائيا بأنها "امتلاك الشخص لمجموعة من السمات التي تعمل بشكل متوازن في المواقف الحياتية الضاغطة مما يساعده على مواجهة مصادر الضغوط ومقاومة الاكتئاب وتتضمن ثلاثة أبعاد رئيسة هي الالتزام، التحكم، التحدي"، وتقاس في هذه الدراسة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في استبانة الصلابة النفسية المستخدمة في هذه الدراسة.

المساندة الاجتماعية Social Support

يعرفها (الشناوي، عبدالرحمن،١٩٩٤م) على أنها تلك العلاقات القائمة بين فرد وآخرين والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها.

وتُعرِّفها ابتسام سلطان(٢٠٠٩م: ٤٠) على أنها "ما يتلقاه الفرد من دعم مادي ودعم معنوي من الآخرين في بيئته الاجتماعية وقت الحاجة إليها"

وتُعرَّفُ المساندة الاجتماعية إجرائيا على أنها كل ما يتلقاه الفرد من الدعم والمساندة المعنوية والمادية داخل المجتمع على المستوى الرسمي (الحكومة)، وغير الرسمي (الأسرة، الأصدقاء)، ومدى الرضا عن الدعم والمساندة وقت الأزمات، وتقاس في هذه الدراسة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في استبانة المساندة الاجتماعية المستخدمة في هذه الدراسة.

الاكتئاب Depression

يعرفه عبدالرحمن على أنه "مجموعة الأعراض المؤلمة والمحزنة التي يشعر بها الفرد ، وتتضح من خلال الشعور بتدني الطاقة الجسمية والصعوبات المعرفية والشعور بالذنب وتدني احترام الذات والانطوائية والتشاؤم والشعور بالعجز والمزاج الحزين وسرعة الغضب"(محمود،٢٠٠٨م: ٤٠٤).

ويعرفه زهران(١٩٩٧م: ٥١٤) بأنه "حاله من الحزن الشديد المستمر تنتج عن الظروف المحزنة الأليمة وتعبر عن شيء مفقود وإن كان المريض لا يعرف السبب الحقيقي لحزنه".

ويُعرف الاكتئاب إجرائيا بأنه الإحساس بمشاعر الألم والحزن والقنوط مع هبوط في النشاط العام للفرد وإنخفاض في تقدير الذات، ويقاس في هذه الدراسة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس الاكتئاب المستخدم في هذه الدراسة.

المتضررين:

هم الطلاب الذين يدرسون في المرحلة الثانوية بتخصصيها (طبيعي – شرعي) والذين لحقت بهم أضرار السيول في الأحياء التي تقع شرق محافظة جدة (أم الخير - الصواعد - السامر - العدل - قويزة).

غير المتضررين:

هم الطلاب الذين يدرسون في المرحلة الثانوية بتخصصيها (طبيعي – شرعي) والذين لم تلحق بهم أضرار السيول، في الأحياء التي تقع شمال محافظة جدة.

السُّـــيـــول:

نوع من الفيضانات المدمرة التي تحدث نتيجة لهطول مطر شديد فوق منطقة محدودة المساحة، بشكل فجائي قصير المدى تصاحبه تدفقات مائية سريعة، تؤدي إلى كوارث مفجعة ومدمرة(الأهدل، ٢٠٠٦م).

وعرف سليم والديب(١٩٩٤م:١١٩) كارثة السّيول بأنها"الوضع الذي يؤدي إلى تغير فجائي في أحوال الأفراد الذين يتعرضون لهطول أمطار غزيرة وصواعق رعدية مخيفة قد تؤدي إلى أضرار بهؤلاء الأفراد"

ويعرفها الباحث بأنها ما ينتج عن هطول كمية كبيرة ومتزايدة من الأمطار تصيب مناطق مختلفة ومرتفعة فتندفع بسرعة هائلة نحو المنحدرات، وقد ينتج عنها آثار مفجعة تصيب الأرواح والممتلكات.

حدود الدراسة:

أ - تحدد ت الدراسة بالموضوع الذي تناولته "**الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة**"

ب - **الحدود البشرية:** تحددت باختيار عينة الدراسة الحالية وعددها (٤١٢) طالباً، بواقع (٢٠١) متضررين، و(٢١١) غير متضررين، يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية بمحافظة جدة بتخصصيها العلمي(طبيعي)، والأدبي(شرعي).

ج ـ الحدود المكانية: المدارس الثانوية الحكومية بمحافظة جدة والتابعة لمركز الشرق بالنسبة للطلاب المتضررين والتي تخدم أحياء (أم الخير ـ الصواعد ـ السامر ـ العدل ـ قويزة)، والمدارس الثانوية الحكومية بمحافظة جدة والتابعة لمركز الشمال بالنسبة للطلاب غير المتضررين.

د ـ الحدود الزمانية: العام الدراسي ١٤٣١هـ / ١٤٣٢هـ .

هـ ـ الأدوات المستخدمة: مقياس الصلابة النفسية، إعداد مخيمر(٢٠١١م)، تعديل الباحث.

مقياس المساندة الاجتماعية، إعداد الباحث(٢٠١١م)، مقياس الاكتئاب إعداد الدليم وآخرون(١٩٩٣م).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة

أولاً: الإطار النظري:

١- الصلابة النفسية.

٢- المساندة الاجتماعية.

٣- الاكتئاب.

٤- الكوارث الطبيعية "السيول".

ثانياً: الدراسات السابقة.

ثالثاً: تساؤلات وفروض الدراسة.

الصلابة النفسية:

إن الضغوط ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية، يخبرها الإنسان في أوقات ومواقف مختلفة، تتطلب منه توافقا أو إعادة توافق مع البيئة، وهذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر النفسية كالقلق والإحباط والعدوان وغيرها، وبالتالي لا نستطيع الهروب منها أو أن نكون بمنأى عنها، لأن ذلك يعني نقص فعاليات الفرد وقصور كفايته، ومن ثم الإخفاق في الحياة فلا حياة بدون ضغوط، وحيث توجد الحياة توجد الضغوط(سلامة،١٩٩١م).

وقد أشارت كوبازا (١٩٨٢م) إلى أن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير المواتية، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب، ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا المعاصرة.

لقد بدأت الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية، إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة بقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة او عوامل المقاومة أي" المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها"(مخيمر،١٩٩٦م:٢٧٥).

وقد اتجه علماء النفس في الآونة الأخيرة إلى البحث عن المتغيرات الواقية التي يمكن أن تقي او تعدل من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة، وهذه المتغيرات الواقية قد تكون متغيرات نفسية أو قد تكون متغيرات اجتماعية، ويعرف راتر Rutter المتغيرات الواقية بانها تلك الخصائص الشخصية أو العوامل البيئية التي يمكن أن تخفف أو تقلل من وقع التأثير السلبي المتتابع للأحداث الحياتية الضاغطة على الأفراد، كما يشير راتر إلى أن المتغيرات الواقية من أثر الضغوط وهي"المتغيرات الشخصية والاجتماعية"، والتي من شأنها التخفيف من وقع الأحداث الضاغطة على الجوانب المعرفية والانفعالية والاجتماعية هذه المتغيرات تلعب دورا مهما في إدراك الأحداث الضاغطة وفي مواجهتها كما يلي:

.تؤثر في إدراك الفرد وتقييمه للحدث الضاغط.

.تؤثر في مدى تقييم الفرد لفاعلية مصادره النفسية والاجتماعية ومواجهة الضغط.

وفي هذا المعنى يشير هولاهان وموس Holahan & Moos إلى أن مسار البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المقاومة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغوط، فمجال الدراسة يجب أن يتحول إلى دراسة المصادر النفسية (كالصلابة

النفسية والضبط الداخلي)، والمصادر النفسية الاجتماعية (كالمساندة الاجتماعية) التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييما واقعيا، كما أنها تجعله أكثر نجاحا وفاعلية في مواجهتها (مخيمر،١٩٩٦م:٢٧٦).

ثم بذلت جهود من قبل بعض الرواد أمثال: كوبازا، راتر، هولاهان، موس، حيث أشاروا إلى أن البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول ويركز على الصحة وليس المرض، وعلى المتغيرات الإيجابية سواء كانت متغيرات نفسية أو اجتماعية، تلك التي تجعل الفرد يحتفظ بصحته الجسمية والنفسية عند مواجهة الضغوط، بل وتدعم قدرة الفرد على الواجهة الناجحة لهذه الضغوط، وقد أشار موس إلى أن نتائج ملخصات الأبحاث خلال العشرين سنة الماضية تظهر العديد من الأشخاص يتعرضون إلى أحداث حياتية ضاغطة مثل التغيير في العمل أو الظروف المعيشية أو العلاقات الأسرية، وبرغم ذلك يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية، ويؤكد ماسلو وروجرز هذا الاتجاه في تحويل مجال الدراسة في الضغوط إلى دراسة الشخصية السوية والصحة، والذين يواجهون الضغوط ويحققون ذواتهم ولا يمرضون، وبالتالي كان التركيز على المتغيرات الإيجابية كالصلابة النفسية وتقدير الذات والفاعلية وليس فقط خفض التوتر أو تحقيق الغرائز ونجح جارميزي وراتر وكوبازا في لعب دور مهم في تحويل مسار البحث في الضغوط إلى التركيز على المتغيرات الشخصية والبيئة الإيجابية والتي من شأنها مساعد الفرد في الوقاية من الأثر النفسي والجسمي للضغوط(مخيمر،١٩٩٧م).

ويشير زاكيا وتشمبرلين Zakia & Chamberlain إلى أهمية التركيز على دراسة المتغيرات النفسية المخفِّفَة أو المؤثِّرة على الضغوط، والتي تشير إلى وجود متغيرات نفسية أو اجتماعية كالصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية التي تؤثر في كيفية رؤية الفرد للأحداث الضاغطة وكيفية إدراكه وتفسيره لها، كما تؤثر في كيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة هذا الحدث أو ذاك(مهداوي،٢٠١٠م).

وتهتم الدراسة الحالية بأحد هذه المتغيرات الواقية ألا وهي الصلابة النفسية في ضوء بعض المتغيرات (كالمساندة الاجتماعية والاكتئاب) باعتبارها أحد المتغيرات الواقية التي يفترض أنها تخفف من التأثير السلبي للأحداث الضاغطة، والتي يشر إليها أحيانا بمصطلح المناعة النفسية أو المقاومة النفسية أو المرونة في مواجهة الصدمات.

وسيعرض الباحث هنا مفهوم الصلابة النفسية، وأهميتها، وأبعادها، وخصائص ذوي الصلابة النفسية، والنظريات والنماذج المفسرة لها.

مفهوم الصلابة النفسية Hardiness:

الصلابة النفسية لغة:

"صلب أي شديد صَلُبَ الشيء صلابة فهي صَلَب وصلْب أي شديد"(بن منظور،١٩٩٩م:٢٩٧).

التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية:

يعود هذا المفهوم إلى كوبازا (Kobaza,1979) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط.

تعرف كوبازا الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي "الالتزام، التحكم، التحدي".

كما يعرف فنك (Funk,1992) متغير الصلابة النفسية بأنه خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر.

ويعرفها مادي وآخرون(maddi et,al,1994) على أنها مجموعة من الخصائص الشخصية التي تعمل كمقاومة لأحداث الحياة الشاقة.

وعرفها كل من تيدش وكلايمر Tedeschi & Kilmer على أنها عبارة عن سمات في الشخصية، بينما عرفها بروكس Brooks على أنه قدرة الطفل على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية، والتعامل مع الإحباط، والأخطاء، والصدمات النفسية، والمشاكل اليومية، لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل، والتفاعل بسلاسة مع الآخرين، ومعاملة الآخرين باحترام، واحترام الذات(العنزي،٢٠٠١م).

ويعرفها جبر(٢٠٠٥م) أنها إحدى السمات الإيجابية للشخصية التي تساعد على تحمل أحداث الحياة الشاقة، والتعايش معها ومواجهتها إيجابيا وتخطي آثارها السلبية.

ويعرفها دخان والحجار(٢٠٠٦م) على أنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

كما يعرفها لاتسي على أنها"توقع الكفاءة الذاتية عند الفرد عن قدرته في مواجهة الضغوط والمشكلات وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية الذي افترضه باندورا والذي يقرر بأن الأشخاص الذين لديهم

مستوى عالي من الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقود إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك"(حمادة، عبداللطيف،٢٠٠٢م:٢٣٥ -٢٣٦).

ويعرفها البهاص(٢٠٠٢م:٣٩١)على أنها "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات والضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالإنهاك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط".

كما تعرفها جيهان محمد(٢٠٠٢م:٣٥) بأنها"مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام، التحكم، التحدي) يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها بنجاح".

ويلاحظ من تلك التعريفات إجماع علماء النفس والباحثين على كون الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي يتعرض لها وينظر لها على انها نوع من التحدي وليس تهديدا فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضا معينا وتعود عليه بالفائدة.

أهمية الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية عامل حيوي ومهم من عوامل الشخصية في مجال علم النفس ، ولها دور حاسم في تحسين الأداء النفسي، والصحة النفسية والبدنية، وفي زيادة الدعم النفسي، حيث اتفق كثير من الباحثين مع كوبازا في أن الصلابة عامل مهم في توضيح كيف أن بعض الناس يمكن أن يقاوموا ولا يمرضون؟، وهذه جعلها تقدم عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وذلك ما جعل الصلابة النفسية مجالا خصباً للبحث المستمر(عودة،٢٠١٠م).

وبهذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسمية واضطرابات نفسية(حمادة، عبداللطيف،٢٠٠٢م).

وذكرت شيلي وتايلور Shely & Tailor أنه منذ الدراسة الأولى التي قامت بها كوبازا أجريت العديد من الأبحاث التي أظهرت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة النفسية والجسمية الجيدة(ياغي،٢٠٠٦م).

ووجد كل من مادي وكوبازا Maddi & Kobaza أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من رؤيتها من منظور أوسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها.

وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوو الصلابة المنخفضة إلى اسلوب المواجهة التراجعي، أو الذي يتضمن نكوصاً وفيه يقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً(راضي،٢٠٠٨م).

ومن خلال ما سبق تظهر أهمية الصلابة النفسية في حياتنا اليومية ووقت الأزمات والكوارث، وهذا ما يدفعنا إلى دراستها والتعرف على مستواها عند الطلاب (المتضررين وغير المتضررين) حت نتمكن من المحافظة عليها وتعزيزها عند مرتفعي الصلابة، وتعلم بعض المهارات لتقويتها ورفع مستوها عند منخفضي الصلابة، كما أنه من المهم التعرف على كيفية تشكيلها من الصغر عن الأطفال من خلال الممارسات الحياتية اليومية ومن خلال التربية الوالدية والمجتمعية.

أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت كوبازا إلى ثلاثة أباد تتكون منها الصلابة النفسية وهي : الالتزام، التحكم، التحدي.

أولا: الالتزام :

يعتبر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة، وقد أشار جونسون وساراسون(١٩٧٨م) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

ويعرفه عثمان(٢٠٠١م:٢١٠) على أنه "اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم واعتقاده أن لحياته هدفا ومعنى يعيش من أجله".

ويعرف ويبي (Wiebe,1991:89) مفهوم الالتزام بوصفه" اعتقاد الفرد بضرورة تبنيه قيما وأهدافا محددة تجاه نشاطات الحياة المختلفة وضرورة تحمل المسئولية تجاه هذه القيم والمبادئ والأهداف، ما يشير إلى اتجاه الفرد نحو التعامل مع الأحداث الشاقة برؤيتها كأحداث هادفة وذات معنى، وجديرة بالتفاعل معها".

ويعرفه مخيمر(١٩٩٧م:١٤) بأنه" نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله".

ومن خلال ما سبق من تعريفات يتبين اتفاق العديد من الباحثين على أن الالتزام مجموعة من القيم والمبادئ والمعتقدات والأهداف التي يتبناه الفرد ويتمسك بها ويتحمل مسئوليته تجاهها وتجاه نفسه ومجتمعه.

أنواع الالتزام:

من خلال الإطلاع على التراث النفسي والتربوي يتبين وجود عدة انواع للالتزام تتمثل في :

الالتزام الديني: وهو التزام الفرد بما ورد في القرآن والسنة من قيم ومبادئ وقواعد .

الالتزام الأخلاقي: ويتجلى في تحلي الفرد بصفات خلقية تتناسب وواقع الحياة الاجتماعية التي يحياها.

الالتزام الاجتماعي: يتمثل في شعور الفرد بالمسئولية تجاه مجتمعه ومشاركته في الانشطة الاجتماعية مع أبناء مجتمعه.

الالتزام القانوني: يتمثل في تقبل الفرد للقوانين الشرعية ثم الوضعية السائدة في مجتمعه.

ثانيا: التحكم :

أشارت إليه كوبازا (١٩٨٢م) بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها للسيطرة عليها.

ويعرفه ويبي(١٩٩١م: ٨٩) بأنه" اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها"

ويعرفه مخيمر(١٩٩٧م:١٥) على أنه" اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث وأنه يتحمل المسئولية الشخصية عن حوادث حياته، وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات، والاختيار بين البدائل وتفسير وتقدير الأحداث والمواجهة الفعالة"

أنواع التحكم:

ترى عزة الرفاعي(٢٠٠٣م:٣١) أن للتحكم أربعة أشكال رئيسة وهي :

١. التحكم في اتخاذ القرار:

وهذا النوع المتصل باتخاذ القرار يحسم طريقة التعامل مع الموقف سواء بتخطيه أو تجنبه أو التعايش معه، ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف وظروف حدوثه.

٢. التحكم المعرفي:

وهو يعد أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة، إذا تم على نحو إيجابي، فهو يعتمد على التحكم في استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للحدث الضاغط، كالتفكير في الموقف، والنظر له من عدة أبعاد، وإدراكه بطريقة إيجابيةومتفائلة، وتفسيره بطريقة منطقية.

وبمعنى آخر يمكن التحكم في الموقف الضاغط باستخدام استراتيجيات عقلية مثل تشتيت الانتباه، أو عمل خطة للتغلب على المشكلة، استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه.

٣. التحكم السلوكي:

وهو القدرة على المواجهة العالية وبذل الجهد مع الدافعية للانجاز والتحدي من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديل الموقف أو تخفيفه.

٤. التحكم الاسترجاعي:

ويرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف قابل للتناول والسيطرة، بمعنى نظرة الفرد للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الحدث الضاغط.

ثالثا: التحدي:

تعرف كوبازا وبوستي (١٩٨٣م) مفهوم التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي وحتمي لابد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته وسلامته النفسية.

كما يعرف توماكا وآخرون التحدي بأنه" تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردا على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية او سلوكية وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة"(محمد،٢٠٠٢م:٤١).

بينما يعرفه مخيمر(١٩٩٧م:١٤) بأنه " اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا مما يساعده على المبادأة واكتشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية".

ويرى مادي أن التحدي اعتقاد الفرد بأن التغيير المستمر في أحداث الحياة هو أمر طبيعي لا بد منه لارتقاء ، أكثر من كونه امراً مهدداً لآمنة ، وسلامته النفسية، وقد أضاف (جبر ،٢٠٠٥م) على ذلك بأنه قدرة الفرد على أداء دوره في الحياة بعزيمته ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، وتغيُّر البيئة الاجتماعية، والطبيعية المحيطة بها .

ويظهر التحدي في اقتحام الفرد للمشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات مع استخدام استراتيجيات ومهارات تُهيِّئه وتُعِدُّه لعملية التحدي.

وبمعنى آخر أن التحدي يظهر في قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الضاغطة والمؤلمة، وتقبلها على اعتبارها أمورا طبيعية لابد من حدوثها لنموه وارتقائه.

خصائص ذوي الصلابة النفسية:

حصر تايلور (Taylor,1995) خصائص ذوي الصلابة النفسية بما يلي:

1. الإحساس بالإلتزام تجاه أنفسهم للانخراط في مستجدات الحياة التي تواجههم.

٢. الإيمان بالسيطرة، أي إحساس الشخص بأنه سبب الحدث الذي حدث في حياته وأنه يستطيع أن يؤثر في بيئته.

٣. التحدي وهو الرغبة في إحداث التغيير، ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تكون بمثابة فرص للنماء والتطور.

وأكدمخيمر(١٩٩٧م) على هذه الخصائص حيث قام بالعديد من الدراسات النفسية في مجال الصلابة النفسية، واعتمد على هذه الخصائص في دراساته كأبعاد لقياس الصلابة إستنادًا إلي تعريف ومقياس الصلابة الذي طورته كوبازا.

وتنقسم خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى قسمين هما:

1. خصائص مرتفعي الصلابة النفسية:

من خلال الدراسات السابقة التي أجرتها كوبازا في الأعوام (١٩٧٩م -١٩٨٢م -١٩٨٣م -١٩٨٥م) توصلت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يتميزون بعدد من الخصائص وهي كالتالي:

1. القدرة على الصمود والمقاومة.

٢. لديهم إنجاز أفضل.

٣. ذوو وجهة داخلية للضبط.

4. أكثر إقتدارا ويميلون للقيادة والسيطرة.

٥. أكثر مبادأة ونشاطا وذوو دافعية أفضل(راضي، ٢٠٠٨م).

وتصنف لولوة حمادة وعبد اللطيف (٢٠٠٢م) أن الأفراد الذين يمتازون بالصلابة النفسية بأنهم:

1. ملتزمون بالعمل الذي عليهم أداؤه بدلا من شعورهم بالغربة.

٢. لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة.

٣. ينظرون إلي التغيير على انه تحد عادي بدلا من أن يشعروا بالتهديد.

٤. يجدون في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار.

ونخلص من هذه الخصائص السابقة أن الأفراد الذين يمتازون بالصلابة النفسية يتصفون بأنهم أصحاب ضبط داخلي وقادرين على الصمود والمقاومة ولديهم القدرة على الإنجاز في العمل، والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة، وحل المشكلات، والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها، ويكون لديهم ميل نحو القيادة والسيطرة والمبادأة، وهم الأكثر اقتدارا وذوو نشاط ودافعية أفضل، والحكمة، والصبر، والسيطرة على النفس، وبذلك يكون ذوو الصلابة النفسية المرتفعة ملتزمون بالقيم والمبادئ والمعتقدات السليمة والتمسك بها وعدم التخلي عنها، وبذلك يكون لحياتهم معنى وقيمة وإيجابية.

2. خصائص منخفضي الصلابة النفسية

يتصف ذوو الصلابة النفسية المنخفضة بعدم شعورهم بقيمة ومعنى حياتهم، ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية، ويتوقعون التهديد المستمر والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة، ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية، وليس لديهم اعتقاد بضرورة التحديد والارتقاء، كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة(محمد،٢٠٠٢م).

ويتضح مما سبق أن ذوي الصلابة النفسية المنخفضة يتصفون:

1. بعدم القدرة على الصبر، وعدم تحمل المشقة.

٢. عدم القدرة على تحمل المسؤولية.

٣. قلة المرونة في اتخاذ القرارات.

٤. فقدان التوازن.

٥. الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة.

٦. سرعة الغضب والحزن الشديد ويميل إلى الاكتئاب والقلق.

٧. ليس لديهم قيم ولا مبادئ معينة.

٨. التجنب.

٩. عدم القدرة على التحكم الذاتي.

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولا: نظرية كوبازا (١٩٨٢م)

قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض.

واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت الأسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال"فرانكل وماسلو وروجرز"، والتي أشارت إلى وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

ويعد نموذج لازاروس Lazarus من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعوامل ثلاثة وهي:

١. البيئة الداخلية للفرد.
٢. الأسلوب الإدراكي المعرفي.
٣. الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد للحدث، واعتباره موقفا قابلا للتعايش.

وطرحت كوبازا الافتراض الأساسي لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا بل حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي.

وقد فسرت كوبازا الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض، من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة.

وترى كوبازا أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطا ومبادأة واقتدارا وقيادة وضبطا داخليا، وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، وأشد واقعية وإنجازا وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، كما أنهم يجدون أن تجاربهم ممتعة وذات معنى، وعلى العكس الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم لا معنى لهم، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة،

ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها، أو عندما تخلو من التجديد، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة(راضي،٢٠٠٨م).

ثانيا: نموذج فنك (١٩٩٣م) المعدل لنظرية كوبازا:

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر لنظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه فنك وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف"بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، وذلك على عينة قوامها ١٦٧ جنديا اسرائيليا، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة، وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر وبعد انتهاء الفترة التدريبية.

وتوصل فنك إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش.

ثالثا: نظرية مادي (١٩٨٥م):

يؤكد مادي أن الإنسان في كل مواقفه يختار الماضي المعروف، أو المستقبل المجهول فإن اختيار الإنسان المستقبل بما يحمله من آمال غير معروفة يصاحبه القلق، لأن ما من سبيل للتأكد مما سيحدث عندما يجد الأسنان نفسه في خضم بحر لم يبحر فيه أحد من قبل، وهذا القلق لا بد من احتماله لان تجنبه يعني ضياع فرصة النمو أما إذا اختار الإنسان الماضي المألوف بتجنبه القلق سقط في الذنب الوجودي لإضاعة فرص النمو وإثراءه الحياة (الهلول،٢٠٠٧م) .

لذلك الناس الذين يعانون من درجة عالية من الضغط النفسي، دون إصابتهم بمرض لهم سمة شخصية مختلفة عن أولئك الذين يعانون من ضغط نفسي بسبب الإصابة بمرض وهذه السمة الشخصية تسمى الصلابة.

كذلك اعتمد مادي في صياغة هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية، تمثلت في أراء بعض العلماء أمثال : ماسلو ور وجرز وفرانكل والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد ومعنى لحياته يجعله يتحمل

إحباطات الحياة ، ويتقبلها وأن يتحمل الفرد الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة ، معتمداً في ذلك على قدرته واستغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة (maddi et,al,1994).

كما اعتمد على النموذج المعرفي للازاروس والذي يرى أن أحداث الحياة الشاقة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثيرها السلبي على الاستجابات السلوكية للموقف او الحدث الضاغط، ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها، وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد، ومن ثم الشعور بالإحباط ، متضمناً الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (جبر ،٢٠٠٥م)

ونتاج تفهم واقتناع مادي وكوبازا بآراء من سبقوهم أمثال : ماسلو ، وروجرز ، وفرانكل ، والمنظور المعرفي للازاروس، في وضع الأساس التجريبي لنظريتهما من خلال إجراء سلسلة من الدراسات بدأت أعوام(١٩٧٩، ١٩٨٢، ١٩٨٣، ١٩٨٥) للبرهان على الافتراض الأساسي لهذه النظرية والقائل بان التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد امراً ضرورياً ، بل انه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ، ونضجه الانفعالي والاجتماعي ، أن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوي وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ومن ابرز المصادر الصلابة معنين ومرتبطين بالبقاء مع الناس والأحداث حولهم بدلا من الانعزال والوقوع فريسة تحت الإجهاد ، والأشخاص مرتفعي الضبط يعتقد بأنهم إذا كافحوا وحاولوا ربما يكونوا قادرين على التأثير على نتائج الأحداث لذلك الاستغراق في الشعور بانعدام القوة والاستسلام أمر مبالغ فيه بالنسبة لهم والأشخاص مرتفعي التحدي لا تعتقد بان لديهم القوت الكافي للشعور بالراحة أو الإحساس بالأمن، فهم بالأحرى يرون أن التغير طبيعة وفرصة لمواصلة النمو سواء من خلال الخبرات المتعلمة السلبية أو التجارب الايجابية، وهذه العناصر ترتبط فيما بعضها ايجابيا لتشكيل الصلابة وتشكل الحافز لمواجهة أحداث لحياة الضاغطة بكفاءة(maddi et,al,1996)، وانتهى مادي بالتوصل إلى صياغة نظريته من خلال الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسدية والنفسية ، على الرغم من تعرضه للمشقة، وكشف مادي عن مصدر جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسدية وهي الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام ، التحكم ، والتحدي) مؤكدا أن الصلابة الجسدية والنفسية للفرد ، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون ، كما تأصل الصلابة النفسية في مرحلة الطفولة من خلال معايشة الخبرات المعززة التي تثري الشخصية وتقوي دعائمها وتظهر من خلال المشاعر والسلوكيات التي تتصف بالالتزام والتحكم والتحدي ، حيث أن الالتزام : هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمة والآخرين من حوله وينظر الفرد إلى المواقف الشاقة على أن

لها معنى وأنها تدعو إلى التفاؤل والمتعة، أما التحكم فانه يشير إلى مدي اعتقاد الفرد انه له القدرة على التحكم فيما يواجهه من أحداث سلبية ضاغطة ، وانه مسئول مسئولية شخصية عما يحدث له ورؤيته للضغوط تكون على أنها متغيرة وليست ثابتة ، التحدي : اعتقاد لدي الفرد بان ما يجد على جوانب حياته من تغيير أمر مثير للتحدي وفرصة ضرورية للنمو أكثر من كونه تهديداً له وانه أمر طبيعي في الحياة ، كما أكد مادي فروض نظريته ، حيث توصل إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صموداً ومقاومة وانجازاً وضبطاً داخلياً ، وقيادة ونشاطاً (Kobaza & Puccetti,1983)

وتعددت البحوث التي تناولت هذا المفهوم حيث أشارت جانيلين وبلاني(١٩٨٤م) إلى أن الصلابة النفسية تعد من اهم المصادر النفسية والاجتماعية الواقية من أثار التعرض للضغوط، كما درستا هولاهان وموس (١٩٩٠م) مصادر المقاومة الشخصية والاجتماعية ، وانتهينا إلى تحديد ثلاثة مصادر رئيسية وهي :

١ -المساندة الأسرية

٢ -الثقة بالنفس

٣ -الحالة المزاجية الهادئة .

و أوضحتا أن المصادر الثلاثة بينهما تفاعل إيجابي في مواجهة أحداث الحياة الشاقة سواء من الناحية المعرفية أو الوجدانية أو السلوكية ، كما أكدت البحاثتان أن مصادر المقاومة تعمل على الوقاية من الإصابة بالأمراض النفسية بل التوافق معها، فقد أوضحت إحدى الدراسات بأن الصلابة النفسية كانت عاملاً مهماً لدى كبار السن للتوافق مع العديد من الأمراض المزمنة لذلك فان الناس في اشد الحاجة إلى الصلابة النفسية، نظراً لوجود التغيرات التي حدثت في المجتمع بعد الحرب العالمية الثانية، وظهور تكنولوجيا المعلومات ، وتغيرات الحياة الحديثة فعلينا أن نتقبل تغيرات الحياة على أنها طبيعية لابد منها.

وتؤكد كوبازا على أن الصلابة النفيسة مفيدة لمقاومة الضغوط والاستتراف النفسي ، حيث أنها تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها اقل أثرا ، فتكسب الفرد قدراً من المرونة ، ولهذا فالصلابة النفسية تزيد من قدرات الفرد لمواجهة الضغوط المختلفة ، وكذلك الوقاية من الإنهاك النفسي، حيث تتعدد مكونتها ، فقد أشار جاروسا Garrosa أن مكونات الصلابة النفسية ثلاثة (التحدي ، الالتزام ، السيطرة) ترتبط بالإنهاك النفسي يتضح مما ذكر سابقا أن الصلابة النفسية تلعب دورا مهما في وقاية الفرد من الضغوط النفسية والإنهاك النفسي بمعني أنها تساعد الفرد في التخلص من تلك الضغوط أولا بأول(زكي ، ٢٠٠٨م).

و يتفق الباحث مع كل ما تقدم حول الصلابة النفسية، إلا أنه يرى قلة التركيز على الالتزام الديني الذي هو أحد فروع الالتزام كبعد من أبعاد الصلابة النفسية، وفي ديننا الإسلامي يلعب الالتزام الديني دوراً مهما في التخفيف من أثر المصيبة لدى الفرد، حيث أمر الله تعالى عباده المؤمنين بالصبر والاحتساب حالَ المصيبة حيث قال تعالي:﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (١٥٦) ﴾ البقرة: ١٥٥ – ١٥٦ ، ويقول رسول الله صلى الله عليه وسلم : (إنما الصّبر عند الصّدمة الأولى)رواه البخاري، ويرى الباحث أن الصّبر سمة يتحلى بها ذوو الصلابة النفسية المرتفعة، ويتفق ما يراه الباحث مع ما تناولته زينب راضي(٢٠٠٨م) حيث اعتبرت الصّبر أحد أبعاد الصلابة النفسية، ومع ما أشار إليه أبو دف(٢٠١١م) من أن الالتزام الديني عامل أساسي وحيوي في تحقيق الصلابة النفسية للأفراد ، ولذلك اختار الباحث متغير التخصص(طبيعي ، شرعي) لدى أفراد العينة ليقيس مستوى الصلابة النفسية لديهم ويقارنه بأقرانهم من التخصص الطبيعي.

المساندة الاجتماعية:

إن المساندة الاجتماعية قديمة جداً وجدت مع وجود الإنسان نفسه، إلا أن الباحثين لم يهتموا بها بحثاً ودراسة إلا في وقت متأخر وذلك من خلال دراسات علم الاجتماع حيث صاغوا مصطلح الشبكة الاجتماعية الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور والذي يطلق عليه البعض مسمى الموارد الاجتماعية، بينما يحدده البعض الآخر على أنه إمدادات اجتماعية، وتعتمد المساندة في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الأُطر التي تشتمل على الأفراد الذين يثقون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم كما يرى الشناوي وعبد الرحمن(١٩٩٤م)، ويعتبرعلي(٢٠٠٥م) أن مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية يعتبر هو البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية .

ولهذا تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد للكوارث والأزمات المختلفة، وأساليب مواجهته وتعامله مع هذه الكوارث وهذه الأزمات، كما أنها تلعب دورا هاما في خفض مستوى المعاناة الناتجة عن هذه الكوارث وذات أثر في تخفيف حدة الأعراض التي قد تؤدي به إلى فقدان الشعور بالانتماء ومن ثم العزلة والأمراض مثل القلق والاكتئاب(علي،٢٠٠٥م).

ولقد وضع كل من كاسل Cassel وكابلان Caplan وكوب Cobb في السبعينات من القرن الماضي أساس العمل في مجال المساندة الاجتماعية ، واقترحوا تصوراً لأنواع العلاقات الاجتماعية والأنشطة المختلفة التي تتضمنها عملية المساندة الاجتماعية ، وأوضحوا قيمة وأهمية المساندة الاجتماعية في تخفيف الآثار السلبية الضارة التي تحدثها أحداث الحياة الضاغطة على الجوانب الجسمية والنفسية للفرد(عبد الحميد، كفافي، ١٩٩٢م).

ويشيررضوان(٢٠٠٦م) إلى أن المساندة الاجتماعية حظيت باهتمام الباحثين اعتمادا على مسلمة أساسية مضمونها: أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها(كالأسرة والأصدقاء والزملاء في العمل..إلخ) تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية .

ولا شك أن المساندة الاجتماعية لها دور فاعل في تخفيف حدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد في مختلف مراحل حياته، فهي مصدر من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية(فايد،١٩٩٨م).

وهذا ما يسعى إليه الباحث في هذه الدراسة من حيث التأكد من دور المساندة الاجتماعية في حال تحقُّقِها من عدمه على الضغوط النفسية التي تلحق بالمتضرِّر سلباً وإيجاباً.

وسيعرض الباحث مفهوم المساندة الاجتماعية، وأهميتها، ومصادرها، وأبعادها، والمساندة الحومية، ومفهوم العمل التطوعي، والنماذج المفسرة لها، وفيما يلي تفصيل ذلك:

أ-مفهوم المساندة الاجتماعية:

لقد قدم الكثير من العلماء والباحثين تعريفات لمفهوم المساندة الاجتماعية، وتباينت هذه التعريفات من حيث العمومية والنوعية، فقد ركز بعض الباحثين على العلاقات المتبادلة بين الأفراد بعضهم البعض وركز البعض الآخر على جوانب محددة في هذه العلاقات باعتبارها تمثل جوهر المساندة الاجتماعية(علي، ٢٠٠٥م).

وعلى الرغم من تعدد المفاهيم الخاصة بالمساندة الاجتماعية، إلا أن معظم المقاييس المرتبطة بها تشير إلى تقديم المساعدات المادية أو المعنوية للفرد التي تتمثل في أشكال التشجيع أو التوجيه أو المشورة.

المساندة الاجتماعية لغة:

عرف ابن منظور(٢٠٠٣م)السند: معتمد الإنسان، وكل شيء أسندت إليه شيئا فهو مسند، وساندت الرجل إذا عاضدته وكاتفته.

التعريف الاصطلاحي للمساندة الاجتماعية:

المساندة الاجتماعية تُعبر عن "النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين التي تتسم بأنها طويلة المدى، ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها عندما يشعر الفرد بأنه في حاجة إليها لتمده بالسند العاطفي"(Caplan, 1981 : 413).

ويعرف ثوبتس Thopets ١٩٨٢م المساندة الاجتماعية بأنها "تلك المجموعة الفرعية من الاشخاص في اطار الشبكة الكلية للعلاقات الاجتماعية للفرد، والذين يعتمد عليهم للمساعدة الاجتماعية والعاطفية والمساعدة الإجرائية أو كليهما"(دياب،٢٠٠٦م: ٥٦٩).

وعرفتها ساراسون وآخرون بأنها عبارة عن "وجود أشخاص يعتمد عليهم الفرد ويبادلونه كل محبة وتقدير"(أحمد، ٢٠٠٧م: ١١١) .

كما يشير ليبور إلى أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الفعلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة في أوقات الضيق ويتزود الفرد بالمساندة الاجتماعية من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منتظم بشكل أو بآخر مع الفرد وتضم شبكة العلاقات الاجتماعية في الغالب الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل.

ويرى الباحث أن العلاقات الأسرية والعلاقات مع الأصدقاء من أهم العلاقات طويلة المدى التي تُمد الفرد بالمساندة، ومن أهم الأبعاد التي يتوقع منها الفرد المساندة بشكل كبير ويحتاج إليها، خاصة وأنها تعتبر أكبر داعم للجانب العاطفي الذي يحتاجه الفرد.

ويعرفها جونسون وساراسون بأنها"اعتقاد الفرد أن الآخرين يحبونه ويقدرونه، ويرغبونه ويعتبرونه ذو قيمة"(دسوقي،١٩٩٦م : ٤٥).

وتعرف Gentry & Goodwin المساندة الاجتماعية بأنها شبكة من العلاقات التي تقدم مساندة مستمرة للفرد بصرف النظر عن الضغوط النفسية الموجودة في حياته، وهي إما أن تكون موجودة أثناء حدوث الضغوط النفسية أو أن يكون لدى الفرد إدراك بأنها ستنشط في حالة وجود الضغوط(مهداوي،٢٠١٠م).

ويرى جاكبسون أن المساندة الاجتماعية"السلوك الذي يعززه شعور الفرد بالطمأنينة النفسية والثقة بالنفس وبأنه يحظى بالتقدير والاحترام من أفراد البيئة المحيطة به ومن المقربين له وإحساسه أيضا بالرضا عن مصادر المساندة التي يتلقاها والتي تساعده على حل مشكلاته العملية"(علي،٢٠٠٥م:١٢).

كما يرى ساراسون أن المساندة الاجتماعية تعني"مدى توافر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد أنه في وسعهم أن يعتنوا به ويحبوه، ويعتبروه ذو قيمة ويقفوا بجانبه عند الحاجة"، كما يشير موس إلى

أن المساندة الاجتماعية هي "الشعور الذاتي بالانتماء والإحساس بالقبول والحب وإبداء المساندة الوجداينة والعاطفية في المواقف الصعبة"(المدهون،٢٠٠٤م:١٤٣).

ويظهر للباحث أن تعريف موس وجونسون وساراسون وجاكبسون تركز على البعد الانفعالي من خلال الانتماء والحب إلا أن ساراسون اشترط عامل الثقة بين مُقدم المساندة ومتلقيها عند تبادل الرعاية والتقدير والحب .

ويؤكد هذا التعريف على أهمية إدراك الفرد لمصادر المسانده الاجتماعية، ودرجة رضاه عنها، وموقعه في شبكة العلاقات الاجتماعية وتفاعله فيها والذي يعزز ثقته بنفسه وشعوره بالقبول والحب والانتماء من قبل الاخرين .

ويرى هاوس وآخرون (House et al., 1988:302) أنها"عبارة عن العلاقات المتداخلة بين الأفراد والتي تتضمن واحدا أو أكثر من المقومات الآتية: العاطفة، المساعدة المالية، المعلومات، والتقدير"

ومن خلال هذا التعريف فإن هاوس قد ضمن تعريفه أربعة أبعاد من أبعاد المساندة والتي تقوم على العلاقات المتبادلة بين الفرد وشبكته الاجتماعية وهي البعد الانفعالي والبعد الاقتصادي والبعد المعرفي وبعد المكانة أو التقدير.

وهذا يتفق مع بعدين من الأبعاد التي استخدمها الباحث في مقياسه، حيث أن البعد العاطفي يتحقق من خلال بعد المساندة من قبل الأسرة، وبعد المساندة من قبل الأصدقاء، والبعد الاقتصادي يتحقق من بعد المساندة من قبل الحكومة.

وترى ابتسام سلطان(٢٠٠٩م:٥٤) أن المساندة الاجتماعية هي "إدراك الفرد للمساندة المترتبة على علاقته الاجتماعية ذات الأهمية وتعد تماسكا اجتماعيا نتيجة ما يتلقاه الفرد من مساعدة من الأفراد المحيطين به أو من أي فرد آخر في بيئة اجتماعية".

ومن خلال التعاريف السابقة يتضح أنها تتفق فيما بينها بالتالي:

١. أن المساندة الإجتماعية شكل من أشكال التفاعل الاجتماعي بين الفرد والآخرين.

٢. أن المساندة الاجتماعية تعبر عن سلوكيات معينة تشير إلى الإهتمام الجدي والرغبة في تقديم المساعدة .

٣. أن المساندة الإجتماعية تشير إلى مستوى الرضا عن هذه المساعدات.

٤. أن المساندة الإجتماعية تقدم من قبل أفراد وجماعات وتقدم الى أفراد او جماعات .

٥. أن المساندة الإجتماعية تقدم في وقت الازمات والكوارث لتعيد ثقة الفرد بنفسه وتعزيز هذه الثقة.

ب.أهمية المساندة الاجتماعية:

تنطلق أهمية المساندة الاجتماعية من كون الإنسان اجتماعي بطبعه متفاعلاً مع من حوله في حالات الضعف والقوة والصحة والمرض وبالتالي فهو في حاجة إلى المساندة في جميع الحالات التي يعيشها ولا يستطيع العيش بمعزل عن الآخر.

فالإنسان لا يمكنه أن يعيش بمنأى أو بمعزل عن غيره من البشر لأنه مفطورعلى الاجتماع مع غيره والاتصال عند الحاجة، وعلى تبادل المنفعة معهم فيشبع بذلك حاجاته ويسهم في إشباع حاجات الآخرين وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر، ويقدر الآخرين، ويتلقى منهم التقدير، ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم مشاعره، وقد تكون العلاقات الاجتماعية ضعيفة أو بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها وعندما تدعو الحاجة إليها يظهر ضعفها، وقد تبدو ضئيلة ولكنها عند الحاجة إليها تظهر متانتها.

وتعتبر المساندة الاجتماعية أحد المصادر الهامة للأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه، بعد لجوئه إلى الله- سبحانه وتعالى -عندما يشعر أن هناك ما يهدده، ويشعر أن طاقته قد استنفدت ولم يعد بوسعه أن يقف ضد هذا الخطر المهدد له، وأنه في حاجة ماسة إلى معاونة ومساعدة، وشد أزر وعون من الخارج، وخاصة من أقرب الناس إليه (Caplan,1981 :417).

ويرى كوهين Cohen وويلز Wills أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً لاستمرار الإنسان وبقائه، فهي تشبه القلب الذي يضخ الدم إلى أعضاء الجسم وهي التي تؤكد كيان الفرد من خلال إحساسه بالمساندة والدعم من المحيطين به، وبالتقدير والاحترام من الجماعة التي ينتمي إليها، وبالانتماء والتوافق مع المعايير الاجتماعية داخل مجتمعه، والتي تساعده على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ومواجهتها بأساليب إيجابية فعالة، وتدعم احتفاظ الفرد بالصحة النفسية والعقلية(علي، ٢٠٠٥م: ١٤).

وتعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الإنسان ، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة الضاغطة المختلفة وأساليب مواجهتها ، وتعامله مع هذه الأحداث ، كما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي ، وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الأحداث الضاغطة وذات أثر فعال في تخفيف الأعراض المرضية (عبدالله ، ١٩٩٥م:١٣) .

ويرى مخيمر(١٩٩٧م) أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في الصحة النفسية والجسمية وفي المرض النفسي والجسمي أيضاً وفي كل مراحل حياة الإنسان من الطفولة إلى المراهقة ومن الرشد إلى الشيخوخة، كما أن جزءاً كبيراً من هوية الفرد سواء كان ذكراً أم أنثى تتشكل من خلال علاقاته بالآخرين.

وخاصة أن علاقات طلاب المرحلة الثانوية تتميز بالقوة والمتانة مع زملائهم ورفاقهم، وقد تتجاوز هذه العلاقات العلاقة الأسرية بمراحل، وفي هذه المرحلة بالذات تلعب هذه العلاقات دوراً كبيرا في تشكيل هوية الفرد، وتُحول اعتماده إلى أقرانه بشكل أكبر في الظروف العادية، وبالتالي يكون الطلاب المتضررين من السيول بحاجة أكبر إلى مساندة الأصدقاء والأقران.

وقد أشار راتر إلى أن العلاقة التي يسودها الحب والدفئ بالرغم من أنها تمثل مصدراً للوقاية من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة إلا أنها ترفع من تقدير الفرد لذاته وفاعليته وهما عاملان واقيان يساعدان الفرد على التعرض لها، أما إدراك الفرد لعدم وجود مساندة اجتماعية فإنه يشعره بعدم القيمة وعدم القدرة على المواجهة ، وتكون هنا بداية ظهور الأعراض الاكتئابية ، حيث يفتقد الفرد الشعور بالقيمة ويفتقد السند عند المحنة(فايد، ١٩٩٨م:١٦٤).

وعن أهمية المساندة الاجتماعية يشير بيرهام Breham إلى أنها تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته وتشجيعه على مقاومة الضغوط التي تفرضها عليه أحداث الحياة المؤلمة ويتفق هذا الرأي مع التصور الذي اقترحه ألبي Albee لنموذج المساندة الاجتماعية المتصل بالوقاية وفي سياقه يرى أن احتمالات الاضطراب النفسي تقل عندما تقوي قدرة الشخص على مقاومة أحداث الحياة السلبية وعندما يتلقى المساندة الاجتماعية من أهله وأصدقائه وزملائه مما يساعده على تجاوز الأزمات والمحن (عبد الرازق، ١٩٩٨م:١٧).

وأيدت الدراسات تأثير المساندة الاجتماعية على جهازي المناعة النفسية والجسمية (الصلابة) للفرد عند حدوث الكوارث والأزمات وتلقي الصدمات والنكبات، حيث أنه في ظل غياب المساندة الاجتماعية يضعف جهازي المناعة، وفي حال توافر المساندة الاجتماعية تستعيد المناعة النفسية والجسمية عافيتها بسرعة بفضل تحقيق الشعور بالرضا والطمأنينة، والتي تسهم بدورها في تحويل مشاعره السلبية وأفكاره الانهزامية وقت الصدمات إلى مشاعر إيجابية وأفكار جيدة تدفعه إلى الصبر والتحمل(مهداوي،٢٠١٠م).

ويؤكد سارسون وآخرون على أن "المساندة الاجتماعية تلعب دوراً بارزاً في تخفيف الإصابة بالاضطرابات النفسية وتساعد على تعميق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد من الآثار السلبية التي يتعرض لها في مواجهته لأحداث الحياة الضاغطة"(علي، ٢٠٠٥م:٩) .

ويؤيد ما سبق هولاهان وموس اللذان أشارا إلى أن المساندة الاجتماعية من جانب الآخرين تلعب دوراً هاماً في الصحة النفسية وفي الوقاية من أثر الضغوط، بينما غياب المساندة الاجتماعية مع تعرض الفرد للضغوط من الأرجح أن يرتبط بالاكتئاب كما أشار الباحثان إلى أن المساندة الاجتماعية وبصفة خاصة المساندة الأسرية تلعب دوراً واقياً من أثر الضغوط، فالبيئة الأسرية التي يسودها الحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر والاستقلالية تجعل الفرد يشعر بالأمن والكفاية والقدرة على المواجهة ، بينما افتقاد الفرد للمساندة الاجتماعية يجعله أكثر حساسية وتأثراً بأحداث الحياة الضاغطة وتجعله أكثر اكتئابا (مخيمر ، ١٩٩٧م) .

كما أوجز كل من Cutrona & Russell أهمية المساندة الاجتماعية فيما يلي: تخفف من وقع الضغوط النفسية التي تقوي تقديرالذات لدى الفرد، وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب، وتؤثر على الصحة النفسية والجسمية، وتزيد من الشعور بالرضا عن ذاته وعن حياته، وتزيد من الجوانب الإيجابية مما يحسن من صحتهم النفسية، وتسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي، وتساعد على حل المشكلات المرتبطة، وأخيراً تزيد من الارتباط بمصادر شبكة المساندة الاجتماعية الخاصة بهم التي تتمثل في الزوجة، والزوج والأبناء، والأقارب، والجيران، والأصدقاء(دياب، ٢٠٠٦م)

ج-مصادر المساندة الاجتماعية وأبعادها:

أجمع الباحثون على أن هناك مصادر متعددة ومختلفة للمساندة الاجتماعية رسمية وغير رسمية، فمثلاً نجد أن نوربك Norbeck لخص مصادر المساندة الاجتماعية في ثمانية مصادر هي الزوج والزوجة والأقارب والأصدقاء والجيران والزملاء وموفرو الخدمات الوقائية والمرشدون أو المعالجون . الأطباء أو المرشدون النفسيون والاجتماعيون ورجال الدين(عثمان، ٢٠٠٩م).

بينما يرى فيشر Fisher أن مصادر المساندة الاجتماعية هي الأسرة والأصدقاء والمؤسسات الدينية والاجتماعية، وزملاء العمل(شاهين، ٢٠٠٥م).

ويتفق الباحث مع مخيمر(١٩٩٧م:١٠٨) بأن "مصادر المساندة الاجتماعية تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في (الأسرة . ألأب . الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل المساندة في جماعات الرفاق والأسرة وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوج والزوجة وكذلك علاقات العمل والأبناء" .

وتعتبر المساندة الاجتماعية من العلاقات الاجتماعية الإيجابية المتبادلة والتي تتضمن تيسير أو تسهيل عملية الحزن، وتخفيف حدته على الفرد المتضرر من الكوارث والسيول.

ويمكن القول أن المساندة النفسية والاجتماعية يحتاجها الإنسان في أي وقت ولا ترتبط بموقف معين وإنما يحتاج الإنسان إلى أشخاص بجواره يستمد منهم العون والمساعدة أو تقديم النصيحة لهم خصوصاً في المواقف الضاغطة وأثناء الحوادث الشديدة .

وهذا يدل على أهمية وجود المساندة الاجتماعية واستمراريتها في حياة الفرد بصفة عامة أو أثناء تعرضه للضغوط النفسية.

وبعد تتبع الباحث للتراث النفسي لأبعاد المساندة الاجتماعية توصل إلى وجود اختلافات في تحديد أبعاد ومكونات المساندة الاجتماعية لاختلاف الأساليب المنهجية واختلاف التعريفات الإجرائية لمفهوم المساندة الاجتماعية إلا أن بُعد المساندة العاطفية وجد اتفاقا في آراء ووجهات نظر الكثير من علماء النفس الذين اعتبروا هذا البعد أحد الأبعاد الهامة والأساسية للمساندة الاجتماعية وفي هذا السياق نجد أن بريرا وانكلاي كما ظهر عند ابتسام سلطان(٢٠٠٩م:٧٢) قد حددا أبعاد المساندة الاجتماعية كما يأتي :

١. **المساعدة المادية:** وهي تزويد الفرد بالمواد الملموسة كالنقود والأشياء المادية الأخرى .
٢. **المساعدة السلوكية:** وهي الاشتراك مع الفرد بمهمات من خلال أداء عملي وفعلي وأداء جسمي .
٣. **التفاعل الحميمي:** تفاعل المودة وسلوك الإرشاد غير الموجه كالإصغاء وإظهار التقدير والاهتمام والتفهم .
٤. **التوجيه:** وهو تقديم النصيحة والمعلومات والتوجيهات .
٥. **التغذية الراجعة:** وهي تزويد الفرد بالتغذية الراجعة من خلال مراجعة وتقييم سلوكه وأفكاره ومشاعره .
٦. **التفاعل الاجتماعي الايجابي:** وهو الاشتراك في تفاعلات اجتماعية للتسلية والاسترخاء.

ويرى كوهين وويلز أنه توجد أربعة أنواع من المساندة هي :

١ - مساندة التقدير Esteem Support :

وهذا النوع من المساندة يكون في شكل معلومات بأن هذا الشخص مقدر ومقبول ويستحسن أن ننقل للأشخاص أنهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وخبراتهم وأنهم مقبولون بالرغم من أي صعوبات أو أخطاء شخصية ، وهذا النوع من المساندة يشار إليه بمسميات مختلفة مثل المساندة النفسية psyco-support والمساندة التعبيرية expressive ومساندة تقديرية الذات self-esteem ومساندة التنفيس ventilation والمساندة الوثيقة close support ورغم ذلك فإن كل هذه المسميات تشير إلى الجانب النفسي من المساندة الاجتماعية .

٢ - المساندة بالمعلومات Information Support:

وهذا النوع من المساندة يساعد في تحديد وتفهم التعامل مع الأحداث (الضاغطة) ويطلق عليها أحياناً النصح ومساندة التقدير appraisal support والتوجيه المعرفي cognitive guidance.

٣ - الصحبة الاجتماعية Social Companionship

وتشمل على قضاء بعض الوقت مع الآخرين في أنشطة الفراغ والترويح وهذه المساندة قد تخفف الضغوط من حيث أنها تشبع الحاجة إلى ألانتماء والاتصال مع الآخرين وكذلك بالمساعدة على إبعاد الفرد عن الانشغال بالمشكلات، وقد يشار إلى هذا النوع من المساندة أحياناً بأنه مساندة الانتشار والانتماء.

٤ -المساندة الإجرائية Instrumental Support

وتشمل تقديم العون المالي والإمكانات المادية والخدمات وقد يساعد العون الإجرائي على تخفيف الضغوط عن طريق الحل المباشر للمشكلات الإجرائية أو عن طريق إتاحة بعض الوقت للفرد المتلقي للخدمة أو العون ويطلق على المساندة الإجرائية بعض المسميات مثل العون Aid. المساندة المادية material والمساندة الملموسة Tangible support (عبدالمعبود، ٢٠٠٥م: ١٣) .

ويرى هاوس House ١٩٨١م إلى أن المساندة تأخذ عدة أشكال هي :

المساندة الانفعالية Emotional Support: والتي تظهر في المظاهر الآتية : تقديم الرعاية والتعاطف وتعميق الثقة بالنفس .

المساندة الأدائية Instrumental Support: وتتمثل في تقديم المساعدات المادية والدعم في مجال العمل.

المساندة بالمعلومات Informational support: وتقوم على تقديم المعلومات المفيدة والمساعدة على حل المشكلات .

مساندة الأصدقاء Companionship: وتظهر في المشاركة الاجتماعية والتفاعل من خلال الانتماء لشبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد(غانم ، ٢٠٠٢م:٣٩).

ويتفق الباحث مع كل ما تقدم، إلا أنه جمع بين تلك الأبعاد واختصرها في الأبعاد الأربعة الحالية:

١. المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة:

ويقصد بها كل ما يحصل عليه الطالب من مساندة معنوية أو مادية من أفراد أسرته ، ومدى إدراكه لهذه المساندة وشعوره بها.

٢. المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء:

ويقصد به كل ما يحصل عليه الطالب من مساندة معنوية أو مادية من خلال العلاقات الإجتماعية المتفاعلة والمتشابكة في مجتمعه ومع جيرانه وأصدقائه وزملائه ، ومدى إدراكه لهذه المسانده وإحساسه بها وتقديره لها.

٣. المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة:

كل ما يحصل عليه الطالب من الجهات الحكومية المختصة من مساعدات ومعونات مادية ومعنوية على مستوى المسئولية، ومدى إحساس الطالب بها وتلمسه وتقديره لها وشعوره بأهميتها وتقييمه لجدواها.

٤. الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية:

مدى إدراك الفرد لكمية ونوعية المساندة الاجتماعية المقدمة له، ومدى رضاه عنها،وإحساسه بأهميتها وقيمتها.

وهي تؤدي وظائف هامة تدور حول تلبية احتياجات المتضرر وحمايته من تأثيرات الحزن وتقدم له خبرات الآخرين في مواقف مشابهه لموقفه ليقارن سلوكه ومشاعره وأفكاره إزاء هذه الخبرة الجديدة الغامضة والمحيرة له الناجمة عن الكوارث والأزمات الغير متوقعة(إبراهيم،٢٠٠١م).

د- النماذج الرئيسية المفسرة للمساندة الاجتماعية:

من خلال وقوف الباحث على ما أورده الباحثون بهذا لخصوص، توصل إلى أن الإرث النظري للمساندة الاجتماعية قد تضمن عدة نماذج تفسر الدور الذي تقوم به ولعل من أبرزها ما أشار إليه كابلان وزملاؤه إلى وجود ثلاثة تفسيرات تبدو متكافئة حول دور العلاقات الاجتماعية بشكل عام في الصحة النفسية وهي :

الأول : يشير إلى أن العلاقة بين نقص المساندة الاجتماعية والأعراض المرضية علاقة سببية حيث تقي المساندة المرتفعة من التعرض للمرض .

الثاني : ويرى أن الأفراد عندما يمرضون يبتعدون عن نسق المساندة الخاص بهم ، حيث تؤدي الإصابة المبكرة بالمرض إلى تغيرات في المساندة التي يتلقونها .

الثالث : ويشير إلى أن هناك متغيراً ثالثاً كالطبقة الاجتماعية أو خصال الشخصية يؤدي إلى ضعف المساندة الاجتماعية والنواتج الصحية لدى الأفراد .

وتندرج التفسيرات الثلاثة السابقة في إطار النموذج السببي حول العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية (السليم، ١٤٢٧هـ :٣٦)

قدم كوهين وويلز دراسة استعرضنا فيها نتائج البحوث التي أجريت في مجال المساندة الاجتماعية والتي تبحث حول الدور الذي تؤديه المساندة في المحافظة على استمتاع المرء بصحة بدنية ونفسية مناسبة، وقد خلص الباحثان إلى أن هناك نموذجين لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في سعادة الفرد أوردها (الخشاب ، ٢٠٠٢م: ٢٤) هما : -

١. نموذج الأثر الرئيسي للمساندة The main effect model:

ويفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته بصرف النظر عما إذا كان هذا الفرد يقع تحت ضغط أم لا، وهو يصور المساندة الاجتماعية على أنها تفاعل اجتماعي منظم، واندماج في الأدوار الاجتماعية المختلفة داخل المجتمع، ويفترض هذا النموذج أن زيادة حجم وكمية المساندة الاجتماعية له تأثيرات إيجابية على الصحة النفسية للفرد وإحساسه بالرضا عن حياته، والتوافق مع بيئتة (الشناوي، عبدالرحمن،١٩٩٤م).

وقد اشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود أثر رئيسي لمتغير المساندة وعدم وجود تأثير للتفاعل بين الضغط والمساندة مما دعا البعض إلى أن يطلق عليه نموذج الأثر الرئيسي، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يعمل على التخفيف من الآثار السلبية للضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته، ومساعدته على تجنب الخبرات المؤلمة، وإحلال الخبرات الإيجابية، وتوجيهه إلى الأسلوب الذي يمكن أن يصبح عن طريقه فاعلا في مجتمعه، مما يساهم في إحساسه بالاستقرار في مختلف مواقف الحياة، معترفا بأهمية الذات، شاعرا بالكفاءة الشخصية(علي،٢٠٠٥م).

ويرى الباحث أن المتضررين من الكوارث والأزمات "السيول" هم في أمس الحاجة إلى الشعور بهذا الإستقرار وهم بحاجة إلى الاعتراف بحجم ما تعرضوا له من الخطر وبحقوقهم من قبل جميع الأدوار الداعمة اجتماعيا.

كما يؤثر نقص المساندة الاجتماعية في هذا النموذج سلبا على الجوانب الاجتماعية للفرد من عدة أوجه، كانخفاض في مستوى لمشاركة الاجتماعية الفاعلة، والوحدة النفسية، والإحساس بالعزلة والاغتراب(السرسي، عبدالمقصود،٢٠٠٠م).

٢. نموذج الأثر الواقي أو المخفف للضغوط النفسية The Buffering Model:

يفترض هذا النموذج أن المساندة ترتبط بالصحة فقط بشكل أساسي للأشخاص الذين يقعون تحت ضغط ويعرف هذا بنموذج التخفيف أو الحماية حيث ينظر إلى المساندة على أنها تعمل على حماية الأشخاص الذين يتعرضون لضغوط من احتمال التأثير الضار لهذه الضغوط.

وتقوم المساندة الاجتماعية في هذا النموذج بدور الوقاية من التعرض للآثار النفسية السلبية، ويظهر ذلك في محورين هما:

١. تتدخل المساندة بين الحدث الضاغط (أو توقعه) وبين رد فعل الضغط، حيث تقوم بتخفيف أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الفرد أن الآخرين يمكنهم أن يقدموا له الإمكانات اللازمة، قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة للموقف أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف، ومن ثم فإن الفرد لا يُقَدر الموقف على أنه شديد الضغط .

٢ـ تقديم المساندة الاجتماعية في الوقت المناسب وذلك عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الحدث الضاغط، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل للمشكلة، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الفرد لهذه المشكلة(الشناوي، عبدالرحمن،١٩٩٤م).

والباحث في هذه الدراسة يسير وفق هذا النموذج حيث يرى أن الكوارث والأزمات "السيول" تشكل صدمه نفسية للفرد المتضرر ومن ثم فإن المساندة الاجتماعية تتدخل للتخفيف من حدوث اضطرابات نفسية مصاحبة لهذه الصدمة وهي ما تعرف بالاضطرابات النفسية البعدية.

هـ- المساندة الإجتماعية الحكومية:

إن تحقيق الأمن مهمة تقع مسؤوليتها الأولى على كاهل الحكومة بكافة أجهزتها الأمنية التي خُوّل لها الحفاظ على الأمن والاستقرار، ولكي تؤدي المؤسسات الحكومية هذة الوظيفية لابد أن تكون متوافرة وقت الأزمات بطريقة مباشرة، لذلك رأت الحكومة أن تخرج عن نطاقها التقليدي و تدخل في الخدمات الإجتماعية حتى تتقرب بها إلى المجتمع (الحربي،١٤٢٠هـ).

ويؤكد عوض(١٤١٣هـ) على أهمية توطيد الدور الاجتماعي للحكومة وبناء جسور الثقة و التعاون بينها و بين الجمهور، بقوله (لا تستطيع الحكومة ـ وحدها وإن كانت هي الجاهز التصل اتصالاً مباشراً بأنواع السلوك المنحرف – أن تقي المجتمع من الجريمة، وتحقق له الأمن بدون تلك الثقة للمشاركة في تحمل المسؤلية)، فمسؤلية توفير الأمن تقع على عاتق جهاز الحكومة ومؤسساتها الأمنية بالدرجة الأولى، الذي يعتبر واحداً من أهم مؤسسات المجتمع، إلا أن توفير الأمن هو مسؤلية كافة الأجهزة والمؤسسات الحكومية والأهلية وكل أفراد المحتمع، فمن الضروري وجود علاقة قوية بين المؤسسة الأمنية و المجتمع، لذلك قدمت الحكومة بعض الخدمات الاجتماعية التي ترتبط بالمجتمع ارتباطاً وثيقاً ومنها: الخدمات الاجتماعية و الإنسانية المتعددة، فهناك مجال واسع للخدمات الاجتماعية و الإنسانية التي يمكن أن تقوم بها الحكومة خدمة للمواطنين (المجتمع).كالمجالات الخيرية المتعددة، إذ يمكن أن يكون لها دور في التدخل في حالة الأزمات

والكوارث والنكبات ليس بالمساعدة فقط ولكن بالإسعاف و تقديم الخدمات و العون، وبالتالي تخرج هذه المؤسسات الأمنية عن نطاقها التقليدي وتدخل في دائرة الضوء التي تقربها إلى كافة أفراد المجتمع.

ويرى الباحث أن انعزال الحكومة وبعدها عن مجال العمل المثمر والتعاون مع المؤسسات الاجتماعية يفقد الإجراءات التي تتخذ في هذا السبيل النتائج المرجوة، وكلما زاد التعاون و الاختلاط ومشاركة الأجهزة الأمنية كلما اقترب المجتمع من تحقيق أمله في التقارب الاجتماعي وبالتالي الجاهزية الكاملة لتلقي الصدمات والكوارث والنوازل.

وعند حدوث كارثة سيول محافظة جدة حاولت الحكومة جاهدة بذل ما في وسعها وتسخير كافة إمكاناتها وطاقتها الأمنية والخدماتية لاستيعاب الكارثة في جميع القطاعات الحكومية، حيث قامت إمارة منطقة مكة المكرمة بقيادة سمو الأمير خالد الفيصل بن عبدالعزيز آل سعود وبناء على توجيهات خادم الحرمين الشريفين الملك عبدالله بن عبدالعزيز آل سعود، بالوقوف على الكارثة وتتبع أحوال المتضررين وإعلان حالة الطوارئ في جميع المستشفيات والدوائر الحكومية والأمنية لاستقبال المتضررين وحالاتهم وطلباتهم، ودعوة الشباب والشابات ممن لديهم القدرة والرغبة في التطوع.

كما أصدر خادم الحرمين الشريفين الملك عبدالله بن عبدالعزيز آل سعود أمر ملكياً رقم أ / ١٩١ التاريخ ١٤٣٠/١٢/١٣هـ وجّه فيه بما يلي:

أولاً: تكّون لجنة برئاسة صاحب السمو الملكي أمير منطقة مكة المكرمة وعضوية كل من:

١- معالي رئيس هيئة الرقابة والتحقيق.

٢- مندوبون من وزارة الداخلية وهم : (مدير عام الدفاع المدني - وكيل إمارة منطقة مكة المكرمة - مدير عام المباحث الإدارية - ومدير مباحث منطقة مكة المكرمة)

٣- مندوب على مستوى عال من رئاسة الإستخبارات العامة.

٤- وكيل وزارة العدل.

٥- نائب رئيس ديوان المراقبة العامة المساعد.

ثانياً: تقوم اللجنة - حالاً - بمباشرة المهمات والمسؤوليات الآتية بتفرغ كامل:

١- التحقيق وتقصي الحقائق في أسباب هذه الفاجعة ، وتحديد مسؤولية كل جهة حكومية أو أي شخص ذو علاقة بها .

٢- حصر شهداء الغرق والمصابين والخسائر في الممتلكات.

٣- على وزارة المالية تعويض المتضررين في ممتلكاتهم وفقاً لما تنتهي إليه اللجنة.

٤- للجنة تكوين لجان منبثقة وفرق عمل لتسهيل مهماتها ، ولها في ذلك إتخاذ جميع ما يلزم من إجراءات لتسهيل أداء عملها ، وعلى جميع الجهات الحكومية الإلتزام التام بالتعاون مع اللجنة وتسهيل مهماتها ، بما في ذلك تقديم جميع ما تحتاج إليه من معلومات وبيانات ووثائق.

٥- على اللجنة أيضاً الرفع لنا - فوراً - عن أي جهة حكومية لا تلتزم بذلك ، وللجنة كذلك استدعاء أي شخص أو مسؤول كائناً من كان بطلب إفادته ، أو مسائلته - عند الاقتضاء - ، كما للجنة الإستعانة بمن تراه من ذوي الإختصاص والخبرة.

٦- على اللجنة الرفع لنا بما تتوصل إليه من تحقيقات ونتائج وتوصيات بشكل عاجل جداً ، وعليها الجد والمثابرة في عملها بما تبرأ به الذمة أمام الله عز وجل ، وهي من ذمتنا لذمتهم ، مستشعرة عظم المسؤولية وجسامة الخطب.

ثالثاً : على وزارة المالية - حالاً - صرف مبلغ مليون ريال لذوي كل شهيد غرق ، أكرمه الله بقول النبي صلى الله عليه وسلم : " والغريق شهيد" على ضوء ما يرد للوزارة من اللجنة المشار إليها عن الأسماء المحصورة من قبلها.

و– المساندة التطوعية:

تعد المساندة التطوعية والانخراط فيه رمزاً من رموز تقدم الأمم وازدهارها، فالأمة كلما ازدادت في التقدم و الرقي، ازداد انخراط مواطنيها في اعمال التطوع الخيري، كما يعد الانخراط في العمل التطوعي مطلب من متطلبات الحياة المعاصرة التي أتت بالتنمية والتطور السريع في كافة المجالات. حيث إن تعقد الحياة الاجتماعية وتطور الظروف المعيشية والتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والأمنية و التقنية المتسارعة تملي علينا أوضاعاً وضروفاً جديدة تقف الحكومات أحياناً عاجزة عن مجاراتها. مما يستدعي تضافر كافة جهود المجتمع الرسمية والشعبية لمواجهة هذا الواقع وهذه الأوضاع، ومن هنا يأتي دور العمل التطوعي الفاعل والمؤازر للجهود الرسمية، كما أن تزايد الطلب على الخدمات الاجتماعية نوعاً وكماً أصبح يشكل تحدياً أمام الحكومات مما يتطلب وجود جهات مساندة للنظام الرسمي. وقد أثبتت التجارب أن بعض الأجهزة الرسمية لا تستطيع وحدها تحقيق كافة غايات خطط ومشاريع التنمية دون المشاركة التطوعية الفعالة للمواطنين والجمعيات الأهلية التي يمكنها الإسهام بدور فاعل في عمليات التنمية نظراً لمرونتها وسرعة اتخاذ القرار فيها.

وفي سياق تنامي الاهتمام العالمي بالعمل التطوعي دعت منظمة الأمم المتحدة إلى السنة الدولية للمتطوعين ٢٠٠١م، وقررت الجامعة العربية اعتبار يوم ١٥يوليو من كل عام يوماً للعمل الوطني بالدول العربية بغرض الترويج للأعمال التطوعية، باعتبارها مجالاً حيوياً لأنشطة اجتماعية واقتصادية وثقافية

بالغة الأهمية ، وأحد أهم وسائط ردم الفجوة بين المجتمع والدولة من جهة وبين الفرد والحياة الاجتماعية العامة من جهة أخرى في جو من التعاون والتنسيق بينه وبين الدولة الأمر الذي يكفل الإطمئنان والاستقرار لحاضر ومستقبل المجتمع وتقدمه (العامر،١٤٢٥هـ).

١- مفهوم المساندة التطوعية:

المساندة التطوعية ممارسة إنسانية ارتبطت بالأعمال النفعية المتعدية للآخرين، وهو أحد الركائز الأساس لبناء أي مجتمع بشري، بل وتأكيد الترابط الاجتماعي بين أفراده، يختلف في مجالاته، ودوافعه، وحجمه باختلاف ثقافة ومجريات الحياة لدى هذا المجتمع أو ذاك، إلاّ أنه على أي حال يزداد ويَتَّسع عند وجود الأزمات والكوارث.

ودائرة العمل التطوعي لا تختص بالسعي على الأرملة والمسكين، وتقديم المعونات الغذائية فحسب، بل إنها لتشمل ميادين الحياة الأخرى؛ فرعاية المرضى والمسنين، والمحافظة على البيئة، وحماية الحياة الفطرية، وبناء المدارس والمستشفيات، وتوجيه التائهين، والتعريف بالآثار التاريخية، ومساعدة المزارعين على مقاومة الآفات والحشرات، وتصميم المواقع والإعلانات للجهات الخيرية، والمشاركة في أعمال الإنقاذ حين الكوارث والحروب، كل هذا وغيره يدخل ضمن العمل التطوعي.

يعرف اللحياني(١٩٨٤م) التطوع بأنه الجهد الذي يبذله أي إنسان بلا مقابل لمجتمعه بدافع منه للإسهام في تحمل مسؤلية المؤسسة التي تعمل على تقديم الرعاية الاجتماعية.

كما يعرفه العلي(١٤١٦هـ) بأنه بذل مالي أو عيني أو بدني أو فكري يقدمه المسلم عن رضا وقناعة، بدافع من دينه، بدون مقابل بقصد الإسهام في مصالح معتبرة شرعاً،يحتاج إليها قطاع من المسلمين.

ويعرفه الباحث بأنه تقديم المساعدة لشخص أو مجموعة من الأشخاص يحتاجون إليها، دون النظر إلى هوية هذا الشخص الدينية أو المجتمعية، دون مقابل مادي أو معنوي.

٢-أهمية المساندة التطوعية:

المساندة التطوعية ظاهرة اجتماعية ايجابية تمثل سلوكاً حضارياً ترتقيي به المجتمعات والأمم، وهو مدرسة إنسانية ارتبطت ارتباطاً وثيقاً بكل معاني الخير والعمل الصالح. ومع تعقد العلاقات الاجتماعية في الوقت الحاضر فقد أصبحت المؤسسات الراعية للأعمال الخيرية ضرورة شرعية لا غنى عنها في أي مجتمع نظراً لما تسهم به في بناء وتماسك للمجتمعات ودفع لعجلة التنمية.وأصبحت الأعمال التطوعية أحد أهم الأسس التي تقوم عليها تلك المؤسسات الخيرية كما أصبحت تمثل تجسيدا عمليا لمبدأ التكافل الاجتماعي الذي حث عليه الدين الإسلامي.والعمل التطوعي يكتسب أهمية خاصة في مجتمعنا الإسلامي ذلك أن

الشريعة الإسلامية حثت على عمل الخير والتطوع به وجعلت ذلك من القربات العظيمة التي يتقرب بها الإنسان إلى خالقه عز وجل، قَالَ تَعَـالَى: ﴿ وَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَإِنَّ ٱللَّهَ شَاكِرٌ عَلِيمٌ ﴾ البقرة: ١٥٨ ، وقَالَ تَعَـالَى: ﴿ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَّهُۥ ﴾ البقرة: ١٨٤ .

ويرى الشياجي ٢٠٠٧م أن أهمية العمل التطوعي تبرز في ما يلي:

١ -تكميل العمل الحكومي وتدعيمه لصالح المجتمع عن طريق رفع مستوى الخدمة أو توسيعها.

٢ -توفير خدمات قد يصعب على الإدارة الحكومية تقديمها لما تتسم به الأجهزة التطوعية من مرونة و قدرة على الحركة السريعة.

٣. تطبيق الأسلوب العلمي من خلال خبراء متطوعين وصنعقنوات اتصال مع منظمات شبيهة بدول أخرى من دون حساسية أو التزام رسمي و الاستفادة من تجاربها الناجعة القابلة للتطبيق.

٤. التطوع ظاهرة مهمة للدلالة على حيوية الجماهير وإجابيتها ، لذلك يؤخذ مؤشراً للحكم على مدى تقدم الشعوب.

٥. إبراز الصورة الإنسانية للمجتمع وتدعيم التكامل بين الناس وتأكيد اللمسة الحانية المجردة من الصراع والمنافسة.

٦. ينظر إلى قطاع التطوع على أنه قطاع رائد والسبب يرجع إلى كونه جهاز مستقل، وصغير الحجم، الأمر الذي يساعده على تجريب أمور جديدة أو تغيير وتحسين الأمور القائمة ،بدون أن تكون هناك أي عقبات أو صعوبات.

٧. إن العمل التطوعي يزيد من لحمة التماسك الوطني. وهذا دور اجتماعي هام يقوم به العمل التطوعي(أبوطالب،٢٠١١م).

ويرى الباحث أن العمل التطوعي بالمال والوقت والجهد والخبره صفة انسانية لازمت المجتمعات البشرية عبر العصور ، وزكتها جميع الأديان السماوية و الأعراف الاجتماعية ، ونُسجت حولها قيم الإعجاب و الشهامة والنبل والنقاء والإنسانية، والتطوع يمنح الإنسان شعوراً عميقاً بالراحة النفسية ، ويملأ جوانحه بأجمل معاني الحب و الدفء مع أخيه الإنسان، كما أن العمل التطوعي يزيد من قدرة الإنسان على التفاعل والتواصل مع الآخرين وينمي الحس الاجتماعي لدى الفرد المتطوع ويساهم في جعل المجتمع أكثر اطمئناناً وأكثر ثقة بأبنائه كما يخفف من الشعور باليأس والإحباط ويحد من النزعة المادية لدى أفراده، ويجعل القيمة الأساسية في التواصل والإنتاج والرضا الذاتي المتصل برضا الله سبحانه وتعالى.

وكنتيجة نهائية لوجود الأزمات والكوارث ككارثة السّيول التي ضربت محافظة جدة، وما قد تخلفه لدى الطلاب المتضررين من مواقف كالعزلة الاجتماعية والإحساس بالنقص وقصورا في تفاعلاتهم واندماجهم داخل إطار المجتمع ، فمتى ما توفر لدى الطلاب المتضررين من رعاية ومساندة اجتماعية من خلال إطار الابعاد الأربعة الأسرة، والأصدقاء، والحكومة، والشعور بالرضا الذاتي عن المساندة، ووجود من يقف إلى جانبهم، فإنهم سيكونون متوافقين نفسيا و اجتماعيا، ولعل الهدف الأساسي من هذه الرعاية هي تحقيق شعورهم بقيمتهم وأهميتهم، ومن ثم يقومون بأدوارهم التبادلية في إعطاء المساندة للشبكة الاجتماعية المحيطة بهم، حسب إمكاناتهم وقدراتهم، ويعيشون في سعادة وصحة نفسية تعينهم على مواصلة مشوارهم في الحياة(السيد، ٢٠٠٢م).

ومن وجهة نظر الباحث قد يستطيع البعد الثالث (المساندة من قبل الحكومة) إشباع حاجات الطلاب المتضررين المعنوية و المادية، حيث أن الحكومة هي مصدر الأمن الذي يحميهم ويحتضنهم، خصوصا أن الحكومة تحقق جميع شروط المساندة الاجتماعية و أبعادها، حيث أن المساندة الاجتماعية يمكن تقبُّلها بشكل أفضل في حالة توفر الكمية الوجدانية، واختيار التوقيت المناسب لتقديمها بالتكامل الاجتماعي، كذلك المصدر الذي يقدم المساندة ومدى التقدير والاستعداد، وكثافة هذه المساندة مادياً و معرفياً، بالإضافة إلى حقيقة التشابه النفسي والاجتماعي للمسانِد و المسانَد، وبخاصة أن لهذه الظروف جوانب سياسية تتطلب تفعيل دور الحكومة في الحفاظ على الأمن والاستقرار و توفير كل المتطلبات الضرورية.

ولكن في حقيقة الأمر من الصعب أن تمنح الحكومة الإحساس بالتقبل الاجتماعي المطلق، الذي لن يتوفر إلا من خلال وجود مستوى عالٍ من مساندة الأسرة والأصدقاء والزملاء، مما يحقق مدى الرضا الذاتي عن تلك المساندة الاجتماعية المقدمة له، وبالتالي تحقيق الثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية على تقدير الأمور.

الاكتئــاب:

هناك كم هائل من الأعباء والمسئوليات والمشكلات التي يتعرض لها الإنسان في عالم اليوم بنسب متفاوتة في كل المجتمعات سواء المتقدمة أو النامية أو البدائية، وهذه تمثل ضغوط الحياة التي يعاني منها كل أفراد المجتمع صغاراً وكباراً، وأهمية ضغوط الحياة أنها قد تكون العامل الذي يتسبب في الاضطرابات النفسية ومنها الاكتئاب، وإذا كان لدى كل شخص منا همومه الخاصة التي تمثل ضغوطاً ومشكلاتٍ عليه أن يواجهها فهناك أيضاً أسباب تتعرض لها الناس بصورة جماعية قد تسهم في اختلال التوازن النفسي لهم ثم تسبب لهم حالات الاكتئاب(الشربيني،٢٠١١م).

يعتبر الاكتئاب أحد الأمراض النفسية أو المظاهر النفسية التي يعانى منها العديد من الأفراد ويتسم بالشعور بالإحباط والفقدان الذي يظهر في المراحل العمرية المختلفة عبر الحياة وبذلك فان الفرق في الاكتئاب لا يكون في النوع ولكن في الدرجة. ومصطلح اكتئاب في حد ذاته يشير إلى درجة تتراوح من المزاج الطبيعي الذي يتأثر أغلبنا بأي تغير في حياتنا سواء تأثر بسيط أو شديد ومعظم الأفراد يصيبهم اكتئاب خفيف استجابة للعديد من الأحداث الصادمة في حياتهم، بينما عدد أقل لديهم رد فعل اكتئابي شديد تجاه نفس هذه الأحداث، ويعتمد تشخيص الاكتئاب لدى الأفراد أو قابليتهم للإصابة به على عوامل عديدة كالعوامل البيولوجية والوراثية، والعوامل النفسية التي ربما تتأثر بالعوامل الخارجية.

وعادة ما يحدث الاكتئاب عندما يتفاعل الإنسان السوي مع حوادث الحياة المؤسفة والمؤلمة والتي من طبيعتها أن تثير الشجن وتبعث الحزن بالاكتئاب ، فإذا زاد هذا الاكتئاب عن حده وكان غير ملائم لطبيعة السبب أو شدته أو إذا استمر عدة أطول من المعتاد أعتبر هذا التفاعل اضطرابا نفسياً.

ويعتبر كريبلين أول من وصف الهوس الاكتئابي بأنه اضطراب يتناوب فيه التهيج والاكتئاب، إلى أن أصبح الأطباء النفسيين أكثر إدراكاً للاكتئاب بصفته اضطرابا قائماً بذاته، حيث تتصف الاضطرابات الوجدانية جميعها باضطراب أولي في المزاج يتمثل في الحزن العميق والشعور بالكآبة الشديدة، كما يمكن أن تظهر حالات أقل شدة تعرف بالاكتئاب العصابي Neurotic Depression والتي قد تؤدي إلى درجة كبيرة من المعاناة النفسية ، ويعد اضطراب المزاج هو القاسم المشترك الذي يجمع بين هذه الاضطرابات وقد ورد حسب التصنيف الحديث (DSM-IV) بأن الاكتئاب يمكن أن يكون تفاعلي إذا كانت بداية الاكتئاب نتيجة حدث واضح في حياة المريض مثل فقدان عزيز أو عمل أو إخفاق في الامتحان وغير ذلك(إبراهيم ، ٢٠٠٦م).

ويفضل العديد من المختصين تسمية اضطراب الاكتئاب بالاكتئاب العصابي ويوصف بأنه ذاتي المنشأ (Endogenous Depression)إذا ظهر على نحو غير متوقع دون أن يكون ناتج عن حدث أو موقف معين ويتقلب المزاج خلال اليوم الواحد بحيث يكون في اشد حالاته خلال ساعات الصباح الأولى.

ويعرف زهران(١٩٩٧م: ٥١٤) الاكتئاب بأنه "حالة من الحزن الشديد المستمر تنتج عن الظروف المحزنة الأليمة، وتعبر عن شئ مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه".

ويرى القريطي(١٩٩٨م) أن الاكتئاب هو حالة من الشجن المتواصل والحزن المستمر لا يدرك الفرد مصدرها على الرغم من أنها تنجم عن خبرات أليمة وأحداث مؤثرة انفعالياً قد مرت به.

ويفرق كورسين Corsin ١٩٩٤م بين ثلاث حالات يستخدم فيها مصطلح الاكتئاب فيذكر أن مصطلح الاكتئاب قد يستخدم ليصف المزاج أو الأعراض أو زملات الاضطرابات الوجدانية، ففي وصفه للحالات المزاجية يشير إلى حالة انتقالية من مشاعر الحزن واليأس وعدم الفرح وعدم السعادة والهبوط النفسي ، ومن ثم يعد الاكتئاب هنا اكتئابا طبيعياً، لأنه بمثابة فترة انتقالية من الحزن والتعب التي تحدث عموماً كاستجابة لبعض أحداث الحياة الضاغطة والمزاج المرتبط بالاكتئاب الطبيعي يختلف في فترة استمراره ولكنه عموماً لا يتجاوز سبعة إلى عشرة أيام ، أما إذا استمر المزاج الاكتئابي لفترة أطول ، وزادت الأعراض في تعقدها وشدتها فإنه يمكن القول بأن اكتئاباً مرضياً قد حدث ، ويتضمن الاكتئاب المرضي عادة اضطرابات في النوم والأكل وفقدان الطاقة وفقدان الأمل واليأس وقد تتضمن بعض أعراض الذهان وقد يحاول الشخص المكتئب الانتحار ويخبر ضلالات وهلاوس وتأخر نفس حركي(إبراهيم ، ٢٠٠٦م).

مفهوم الاكتئاب:

الاكتئاب لغة:

كأب: الكآبة سوء الحال، والانكسار من الحزن، كَئَب يكْأَبُ وكأْبة كآبة، واكتأَب اكتِئاباً: حزن واغتم وانكسر، فهو كئِب وكئيب، وفي الحديث أعوذ بك من كآبة المنقلب، الكآبة: تغير النفس بالانكسار من شدة الهم والحزن، وهو كئيبٌ ومكتئِبٌ(ابن منظور،٢٠٠٣م).

التعريف الاصطلاحي للاكتئاب:

عرفته منظمة الصحة العالمية WHO في تصنيفها الدولي العاشر (ICD-10) بأنه انحطاط في المريض فقد اهتمامه وعدم تمتعه بما يبهج الآخرين ، وتتفاوت كل واحدة من تلك الأعراض في كل نوبة بين البسيط والمتوسط والشديد، كذلك تتفاوت درجة الأعراض من وقت لآخر في الشخص الواحد أثناء نوبة الاكتئاب ، وتتلخص هذه الأعراض في هبوط القدرة على التركيز وانحطاط تقدير المريض لذاته وثقته بنفسه ، ومعاناته مع الإحساس بالذنب وعدم أهميته ، التشاؤم وسرعة الإنهاك والتفكير في إيذاء نفسه بما فيه إقدامه على ألانتحار، الأرق الشديد والنوم المتقطع، ثم انعدام الشهية(إبراهيم، ٢٠٠٩م).

وعرّف أبو حامد الغزالي الاكتئاب بأنه حالة من الألم النفسي تؤدي إلى الإحساس بالذنب، وانخفاض ملحوظ في تقدير الذات، والتحسر على الماضي والتفكير فيه والبحث في العلل والأسباب وراء المجهول، وقد يتخذ أشكالاً متنوعة مثل أشكال الوجد وألوانا من المناجاة تتسم بالعزلة والانطواء من الهموم تأخذ طابع الدوام والاستمرار(بشرى، ٢٠٠٧م).

وعرفه بيك Beck بأنه "اضطراب في التفكير أكثر من كونه اضطراباً في الوجدان، حيث يرجع إلى التشويه المعرفي الذي يؤدي إلى تكوين اتجاه سالب نحو الذات والعالم والمستقبل، وينتج من جراء ذلك ظهور مجموعة من الأعراض الاكتئابية"(محمود،٢٠٠٨م: ٢٧٠).

كما عرفه الحاج(١٩٨١م: ٧) بأنه:"حالة من الحزن الشديد المستمر المبالغ فيه والناتج عن الظروف المحزنة المؤلمة والتي تعبر عن خيبة أمل ما أو نتيجة لفقد عزيز "

ويعرفه عبدالخالق(٢٠٠٦م) بأنه حالة انفعالية وقتية أو دائمة يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق ، وتشع فيها مشاعر الهم والغم والشؤم، فضلاً عن مشاعر القنوط والجزع واليأس والعجز ويصاحب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية والجسمية.

ويعرف ليفيت ولوبين(١٩٨٥م) لفظة الاكتئاب بأنها تصف حالة مزاجية وليس بالضرورة أن تكون حالة مرضية أو عرضا أو مجموعة أعراض متشابكة.

ويرى الباحث أن كل فرد يمر في مرحلة من حياته بخبرة سيئة أو يعاني من مرض أو توجد لديه بعض المؤشرات مثل الحزن والتشاؤم واليأس وعدم الأهمية والبكاء وفقد الشهية وسوء الهضم وتناقص الدافع الجنسي، كل ذلك يؤدي إلى الكآبة.

والاكتئاب هو أحد اضطرابات الوجدان الذي يتميز بسرعة الاستثارة في حالة (الأطفال والمراهقين) أو فقد الاهتمام أو فقد الاستمتاع في كل الأنشطة أو أغلبها، بالإضافة إلي أعراض مصاحبة لمدة أسبوعين على الأقل في أغلب ساعات اليوم تشمل اضطرابات الشهية وصعوبة التفكير وتغير الوزن واضطراب النوم وزيادة النشاط الحركي أو نقصه ونقص الطاقة والشعور بفقد القيمة أو الإحساس بالذنب الشديد غير المناسب وصعوبة التركيز وتكرار فكرة الموت أو أفكار أو محاولات انتحارية وهذا الاضطراب ليس تفاعلاً طبيعياً لفقد شخص عزيز كما أنه ليس حالة اضطراب ذهانى مؤقت(حمودة، ٢٠٠٤م).

ويرى بيك أن الاكتئاب هو أحد الاضطرابات الوجدانية الذي يتسم بخمسة عناصر أساسية:

أولاً: التقلب المزاجي الذي يشمل: الحزن، والشعور بالوحدة، والذنب.

ثانياً: مفاهيم خاصة عن الذات تشمل: لوم الذات، انخفاض تقدير الذات.

ثالثاً: رغبات عدوانية وعقابية للذات تشمل: الرغبة في العزلة، والموت.

رابعاً: تغيرات جسمية تشمل: الأرق، وفقدان الشهية، ونقص الطاقة الحيوية.

خامساً: تغير في مستوى النشاط ويشمل القصور، والبطء.

أنواع الاكتئاب وأعراضه:

يختلف تصنيف الاكتئاب باختلاف أعراضه وأسبابه، وفي ذلك يشير خير (٢٠٠٥م) إلى أن بعض العلماء يقولون بوحدة الأمراض الوجدانية وعدم اختلافها إلا في شدة الأعراض فقط وإنه لا يوجد اكتئاب نفسي واكتئاب عقلي ذهاني ، كما انه لا يوجد ما يثبت فسيولوجياً اختلاف هذين النوعين من مرض الاكتئاب، في حين يرى فريق آخر من العلماء أن الاكتئاب نوعان : نفسي وعقلي ذهاني ، ويرى فريق ثالث أن هناك نوع من الاكتئاب خليط بين الاثنين وقد أعتمد هؤلاء في تصنيفهم على الاختلاف الواضح في الأسباب والأعراض وفي استجابة المريض للعلاج، وتشير علا ابراهيم(٢٠٠٩م) إلى أنواع الاكتئاب فيما يلي :

١ -الاكتئاب العصابي Neurotic Depression :

وينتج عن هذا النوع من الاكتئاب نتيجة الشعور بالذنب والكبت والتعرض للحوادث المؤلمة وهو أكثر أنواع الاكتئاب شيوعاً ، ويتميز بعدد من الأعراض تشمل المزاج المكتئب الحزين ، والشعور بالتعب لأقل مجهود ويسود تفكير المريض التشاؤم والأفكار السوداء ، فقدان الأمل والنوم المتقطع مع أحلام مزعجة ويتميز بحدوث القلق في أول الليل ، وأعراض جسمية خفيفة مثل ارتفاع ضغط الدم وفقدان الشهية للطعام .

٢ -الاكتئاب الذهاني Psychotic Depression :

هو اضطراب ذهاني داخلي المنشأ وراثي الجذور يمتاز بالكآبة، حركي ويميل إلى التكرار الدوري وهو لا يكون استجابة لحادثة محزنة يمكن تحديدها أو التعرف عليها بالفعل فهو يحدث دون أن تقع حادثة مباشرة أو قريبة . ويمتد هذا النوع من الاكتئاب إلى فترات أطول بكثير من فترات الاكتئاب العصابي . ويتميز بعدد من الأعراض تشمل الهبوط في النشاط الحيوي أو الحركي ، القنوط المسيطر ، البطء الشديد في العمليات العقلية والجسمية ، فقدان الشهية والأرق والبكاء ، وتوهم المرض واتهام النفس ومشاعر الإثم والهلوسة والهذاءات التي تصل بالمريض على الانتحار وينقسم هذا النوع من حيث الدرجة إلى :

الاكتئاب البسيط Mild Depression :

يظهر في الحلقة الرابعة والخامسة من العمر حيث تكون الشخصية ناضجة ومشغولة بالكفاح للوصول إلى الهدف المنشود، وحيث يكون الإنسان في أوج نشاطه، ونادراً ما يظهر هذا النوع من الاكتئاب في شكل حزن يشكو منه المريض أو يكون الحزن ظاهراً عليه، وغالباً ما يشكو المريض من قلبه ومعدته . ولا يتحول الاكتئاب البسيط إلى اكتئاب حاد إلا في حالات نادرة، إذ انه غالباً ما يبقى بسيطاً لفترات طويلة وقد يزول تلقائياً بلا علاج .

الاكتئاب الحاد Acute Depression :

وهو أقصى درجات الاكتئاب، إذا وصل المريض إلى هذا النوع قد يصعب تشخيصه ، ويتميز ببعض الأعراض تشمل الجمود في التفكير والحركة والكلام تصل بالمريض إلى حد البكم حيث لا يستطيع الكلام أبدا ، واليأس والذي يصل بالمريض إلى درجة القنوط والكدر ، اضطراب الوعي بشكل واضح ، فلا يتعرف المريض على البيئة ويبدو وكأنه في حالة غيبوبة ، العزلة الشديدة ، مع صعوبة في تحديد الزمان والمكان والأشخاص نظراً لتشتت الانتباه وظهور هلاوس وضلالات تدور حول الشعور بالذنب واتهام النفس ، وازدياد الشكاوي المرضية العضوية بشكل ملحوظ ، الأفكار الانتحارية إلا أنه لا ينفذها نظراً لبطء حركته ، لذا يخشى عليه من تنفيذ الانتحار أثناء تماثله للشفاء لتحسن نشاطه الحركي قبل الانفعالي .

اكتئاب التقدم في العمر Aging Depression :

وهو اكتئاب يحدث للمرء في النصف الثاني من عمره بسبب التقدم في العمر وما يصحب ذلك من ضعف في الحيوية وتختلف سن الإصابة بهذا النوع من الاكتئاب بين الرجال والنساء ، فعادة تصاب المرأة به في سن من ٤٠ . ٥٠ سنة تقريباً ، بينما يصاب به الرجل في سن ٦٠.٥٠ سنة ، ويعود السبب في الإصابة بهذا النوع إلى نقص بعض الأمينات ، ويلعب العامل الوراثي دوراً هاماً في الإصابة باكتئاب سن اليأس والقعود ، بالإضافة إلى ما تحدثه الظروف الاجتماعية مثل التقاعد عند الرجال ، وانقطاع الحيض عند المرأة وغيرها من الظروف التي يشعر معها المسن بنقص الكفاية، ويتميز بعدد من الأعراض من أهما الشك والقلق والشعور بالهم والهذاء والتوتر العاطفي والهواجس السوداوية، ورفض الطعام والشعور بعدم الأهمية .

الاكتئاب الموقفي Situational Depression :

هو عبارة عن رد فعل قوي لصدمة عنيفة ومؤثرة نتيجة لموقف صعب أو عقب مصيبة كفقدان ثروة أو فشل اجتماعي أو اسري أو عاطفي . وهو قصير المدى لا يبقى طويلاً ، ومن الممكن شفاؤه ولا يعود للظهور إلا بعودة وضع مشابه أو خبرة مماثلة للوضع أو الموقف الذي سبب الاكتئاب ويسمى الاكتئاب في الحالة الثانية الاكتئاب الشرطي.

الاكتئاب الذهولي Stupor Depression :

هذا النوع يمثل أقصى درجات الحدة حيث أن المصاب به يظل واقفا بدون حركة إذا ترك ، وعنده استعداد تام للعزوف عن الطعام والشراب لدرجة انه إذا وضع الأكل في فمه يتركه دون مضغ ، بالإضافة إلى إهمال النظافة الشخصية ، حتى ليصعب التمييز أحياناً بين هذا النوع والفصام الكتاتوني لتشابههم في حالة الذهول والتخشب التي يكون عليها المريض في كل منهما .

الاكتئاب الدفاعي Defensive Depression :

يتميز هذا النوع بأنه مثل أي عصاب آخر ليس سوى دفاعاً ميكانزمياً للتخلص من جرعة زائدة من القلق غير محدد المعالم يحمل تهديداً بالإحباط، فيقوم الاكتئاب بإزالة هذا التهديد بأن يعيش خبرة مثالية وكأن الإحباط قد تم فعلاً وهذا التخيل رغم قسوته إلا أنه يحدث توازناً نفسياً لدى الشخص ، وذلك أن النفس تستطيع أن تتحمل الإحباط الذي تم فعلاً وأصبح أمرا واقعياً أكثر من قدرتها على تحمل التهديد بالإحباط .

الاضطراب ثنائي القطب Bipolar Disorder :

يتميز هذا النوع من الاكتئاب بدورات مختلفة من اكتئاب شديد إلى الابتهاج والشعور الشديد بالفرح غير المألوف لدى الشخص وأحياناً يكون هذا التغيير تدريجياً وأحياناً يكون سريعاً جداً وعندما يكون المريض في دورة الهوس فإنه يمر بعدد من الأعراض تشمل تغيير المزاج من السرور الشديد إلى الحزن الشديد والعكس وبشكل غير ملائم للظروف ، الأرق وقلة واضطراب النوم ، اضطراب التفكير ، الشعور بالعظمة ، سرعة الكلام وعدم ترابط الأفكار ، الازدياد الملحوظ في الرغبة الجنسية ، سوء التصرف في المواقف الاجتماعية ، زيادة في الحركة والطاقة.

يقسم فايد(١٩٩٨م) أعراض الاكتئاب في أربع فئات أساسية هي: -

١ -أعراض مزاج Mood Symptoms

وتعتبر تلك الأعراض بمثابة الشكل المحدد والأساسي للاضطرابات الوجدانية، مثل أن يسود الشخص مزاج حزين معظم اليوم، تقريباً كل يوم لمدة أسبوعين على الأقل.

٢ -الأعراض الدافعية Motivational Symptoms

وتمثل الأشكال السلوكية التي تشير إلي توجه نحو الهدف. فالناس المكتئبون غالباً ما يعانون قصوراً في هذا المجال، وقد يخبر البعض صعوبة شديدة في القيام بأدنى عمل.

٣ - الأعراض البدنية Somatic Symptoms

وتشير إلي التغيرات الجسمية التي قد تصاحب الاكتئاب، وتشمل تغيرات في أنماط النوم، والشهية، والاهتمام الجنسي.

٤ -الأعراض المعرفية Cognitive Symptoms

وتشير إلي مدى قدرة الأفراد على التركيز، واتخاذ القرار، وكيفية تقويمهم لأنفسهم، ويلاحظ في عرض الفئات الأربع السابقة لأعراض الاكتئاب أنها أغفلت جانب العلاقات الاجتماعية في حياة الفرد المكتئب.

هذا ما تم معالجته بواسطة سترونجمان strongman الذي نظر للاكتئاب على أنه متضمناً خمس مجموعات من السمات: هي، (١) مزاج حزين، وفتور الشعور، (٢) مفهوم سلبي عن الذات يتضمن تأنيب الذات ولومها، (٣) رغبة في تجنب الأشخاص الآخرين، (٤) فقدان الشهية العصبي والرغبة الجنسية، (٥) تغير في مستوي النشاط، عاده ما يتجه إلى الكسل وأحياناً يأخذ شكل الاستثارة.

وتجدر الإشارة في هذا الصدد إلي أن أعراض الاكتئاب قد تختلف من فرد إلي آخر، فالبعض قد يتخذ لديهم الاكتئاب شكل أحاسيس قاسية من اللوم، وتأنيب الذات. ويجيء عند البعض الآخر مختلطاً مع شكوى جسمانية، وأعراض بدنية بصورة قد لا تعرف الحدود بينها ويعبر البعض عنه في شكل مشاعر اليأس، والتشاؤم، والملل السريع من الحياة والناس، وربما تجتمع كل هذه الأعراض وتختلط مع غيرها من أمراض نفسية وجسمية أخرى(إبراهيم، ٢٠٠٦م).

أما عكاشة(١٩٩٨م: ٣٦٣ ـ ٣٧٦) يقسم الأعراض الإكلينيكية للاكتئاب الى:

١ -أعراض وجدانية.

٢ - أعراض نفسية.

٣ - أعراض فسيولوجية.

٤ - أعراض سلوكية.

وأكثر الأعراض التي تشير إلى بداية الاكتئاب هي التعب والإعياء، صعوبة التركيز، آلام جسدية، الأرق واختلال المزاج عما سبق وذلك قبل الشكوى من الحزن والاكتئاب.

ويري الباحث أنه يجب أن تتضمن أعراض الإكتئاب كافة الجوانب الجسمية والنفسية والمعرفية والإجتماعية السلوكية.

أسباب الاكتئاب:

يقسم القريطي(١٩٩٨م: ٣٩٥) أسباب الإكتئاب إلي أربعة عوامل أساسية: -

(١)عوامل وراثية:

تؤكد نتائج بعض الدراسات شيوع الإضطرابات الوجدانية عموماً والإكتئاب خصوصاً بين التوائم المتشابهة والأقارب، وقد كشفت نتائج الدراسات التي أجرتها منظمة الصحة العالمية عن وجود إضطراب وجداني لدي أقرباء مرضي الإكتئاب في ٢٨,٣٪ من الحالات داخلية المنشأ، ولدي ١٩,٧٪ من الحالات خارجية المنشأ أي لدي ٤٨٪ من أفراد العينة الإجمالية.

(٢) عوامل بيوكيميائية:

نتيجه إضطراب الإفرازات الهرمونية أو الجهاز العصبي، حيث يلاحظ ظهور أعراض الإكتئاب لدي الإناث مثلاً أثناء فترة الطمث، وأثناء ما يطلق عليه سن اليأس أي بعد توقف إفرازات الهرمونات الجنسية كما يبدو المزاج المتقلب مسيطراً أثناء فترة ما بعد الولادة، ومع تناول أقراص منع الحمل.

(٣)عوامل نفسية وشخصية:

كخصائص الشخصية الأكثر استهدافاً للإضطراب ومنها: سمات الشخصية المنطوية بالخجل والانسحابية والتي لديها عدد محدود من الأصدقاء والاهتمامات والحساسية والسلبية والإعتمادية، والتي تتسم بالتردد والحذر والمحافظة، والشعور بالنقص ونقص الكفاية، والأمراض الجسمية المزمنة، والكرب النفسي المستمر سواء الإجتماعي أم العائلي أم النفس جسمي أم المهني، والشعور بالوحدة والفراغ، وبعدم الأهمية نتيجه التقاعد أو العنوسة أو الشيخوخة أو الفشل المتكرر، والتوتر الإنفعالي المستمر. والاحباطات الشديدة والصدمات؛ ككارثة الخامس من يونيو، والأحداث المفجعة؛ كفقد شخص عزيز أو فقد ثروة أو مكانه اجتماعية، أو الشرف أو الكرامة وغيرها مما يؤدي إلي الإحساس بالضياع واليأس.

(٤) أسباب بيئية اجتماعية:

ومن بينها الأساليب الوالدية اللاسوية في التنشئة؛ كإهمال الأبناء ونبذهم والقسوة الشديدة عليهم، الخصائص المزاجية الإكتئابية للوالدين أو أحدهما، التفكك الأسري والإنفصال المبكر للوالدين أو عنهما، الخلافات الوالدية الشديدة واضطراب المناخ الأسري.

ويركز زهران(١٩٩٧م: ٥١٥) على الأسباب النفسية للإكتئاب ويعتبر أن العوامل الوراثية المهيئة دورها ضئيل في حدوث الإكتئاب، ويرى أن الأسباب النفسية المؤثرة هي: -

. التوتر الإنفعالي والظروف المحزنة والخبرات الأليمة والكوارث القاسية (مثل – موت عزيز أو طلاق أو سجن برئ أو هزيمه... إلخ) ، والإنهزام امام هذه الشدائد .

. الحرمان (ويكون الإكتئاب إستجابة لذلك)، وفقد الحب والمساندة العاطفية وفقد حبيب أو فراقه أو فقد وظيفة حيوية والفقر الشديد.

. الصراعات اللاشعورية.

. الإحباط والفشل وخيبة الأمل والكبت والقلق.

. ضعف الأنا الأعلى واتهام الذات والشعور بالذنب الذي لا يغتفر بالنسبة لسلوك سابق، والعنوسة و(سن اليأس) وتدهور الكفاية الجنسية والشيخوخة والتقاعد.

. الخبرات الصادمة والتفسير الخاطئ غير الواقعي للخبرات.

. التربية الخاطئة (التفرقة في المعاملة والتسلط والإهمال... إلخ).

. عدم التطابق بين مفهوم الذات الواقعي أو المدرك وبين مفهوم الذات المثالي.

النظريات المفسرة للاكتئاب:

حيث أن الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية انتشارا فقد حاول كثيراً من المنظرين تفسير هذا الاضطراب انطلاقاً من مرجعيتهم العلمية الشفافية ومدارسهم الفكرية التي ينتمون إليها ، وقد حاول الباحث استعراض أهم هذه النظرية على النحو التالي:

أولاً : النظرية البيولوجية :

إن الاهتمام بمعرفة دور العوامل البيولوجية في الاكتئاب قديم ، فقد تحدث الطبيب اليوناني هيبوقراط على أن الزيادة في المادة السوداوية تسبب الميلانخوليا ، ولكن التفسير البيولوجي الدقيق للاكتئاب تأخر بسبب نقص المعرفة بفسيولوجيا المخ عند ألأسوياء ، ولم يعد الأمر ممكناً إلا في بداية الخمسينات والستينات من القرن الماضي .

ويرى أصحاب النظرية البيولوجية أن الخبرات ألانفعالية تؤثر على النشاط الكيميائي للمخ ، وفي المقابل فإن ألأفكار والمشاعر والسلوك يمكن أن تتبدل نتيجة تغيرات كيميائية في المخ ، فهناك بلايين الخلايا العصبية أي ترسل الرسائل الكهربائية عن طريق الوصلات العصبية المتمثلة في المواد الكيميائية ، وهناك أشياء كثيرة يمكن أن تحدث خللاً في الخلايا العصبية أو خلل وظيفي في عمل خلايا الاستقبال ، والخلل في تلك الأمور يسهم بشكل رئيسي في الإصابة بالاكتئاب.

ثانياً : النظرية المعرفية :

ترى النظرية المعرفية أن الاكتئاب ينتج من ميل الفرد للنظر إلى نفسه والمستقبل والعالم بنظرة تشاؤمية غير معقولة، وهذه النظرة المشوهة للنفس والمستقبل والعالم يطلق عليها الثالوث المعرفي(بشرى،٢٠٠٧م).

ويرى بيك أن طريقة التفكير الخاطئ هي الأصل في نمو الاكتئاب إذ تبين من دراساته الأولى ارتباط الاكتئاب بخطأ في إدراك الأمور وفي أسلوب التفكير فيها وأن المكتئبين يرون أن فشلهم يرجع إلى أخطاء فيهم ويضخمون ذلك إلى درجة الاكتئاب . وقد طور بيك نظريته المعرفية في الاكتئاب في وقت لاحق اعتماداً على

نتائج الأبحاث الميدانية مرجعاً إياه إلى ثلاث عناصر شملت الطرق السلبية لإدراك الفرد لذاته ، والميل إلى إدراك الخبرات الحالية بطريقه سلبية، والنظرة السلبية للمستقبل مؤكداً ارتباط هذه العناصر بالبنية المعرفية للفرد مشيراً إلى أن المجموعات المعرفية تفسر سبب ميل البعض إلى تكوين اتجاهات سالبة نحو ذاته أو تكوين اتجاهات مؤلمة له بالرغم من إمكانية وجود بعض الجوانب الإيجابية في حياته ونعني بالمجموعات المعرفية هنا الطرق أو النماذج المعرفية التي يستخدمها الأفراد لتفسير الأحداث والمثيرات ، هذه النماذج تحدد الطرق التي يبني بها الأفراد خبراتهم والمشكلة لدى المكتئبين تكمن في ربطهم ما يتعرضون له من أحداث آنية بالخبرات المؤلمة السابقة مما يحرمهم من ضم الخبرات المعرفية الجديدة إلى مجموعات أكثر مناسبة وأكثر إيجابية وذلك كنتيجة لفقدانهم للسيطرة على البنية المعرفية لديهم ، كما يعمدون إلى اختيار المجموعات غير المناسبة لتفسير ألأحداث الحالية وأيضاً للمعالجة الخاطئة للمعلومات والتي تشمل تكوين العلاقات السببية غير الصحيحة أو الوصول إلى نتائج في ظل غياب الدليل على علاقة سببية واضحة، والتركيز على عناصر قد تكون خارج الحدث وإهمال عناصر أكثر قربا وهي أكثر إيجابية وأيضاً التعميم المبالغ فيه والوصول إلى نهايات أو استنتاجات معتمدة على عناصر مفككة وغير مترابطة مما يعني عدم ارتباط المقدمات بالنتائج وتضخيم الأمور والنتائج السلبية للأحداث وربط ألأحداث الخارجية بالنفس والتفكير الأحادي والمطلق غير المرن والذي لا يأخذ في الاعتبار مختلف الاحتمالات ، كالنظر إلى نتائج الخبرة على أنه ضدين لا أكثر أو النظر إلى أن الأحداث يجب أن تكون تامة أو لا تكون (شاهين ، ٢٠٠٥م) .

ثالثاً : نظرية التحليل النفسي :

تعد نظرية التحليل النفسي من أوائل النظريات النفسية التي فسرت الاكتئاب وبحثت في أسبابه، وتقرر نظرية التحليل النفسي أن الخبرات الضاغطة الصدمية التي يواجهها الفرد في السنوات المبكرة من عمره مثل الانفصال عن أحد الوالدين، أو الفقد قد تجعلهم معرضين للاكتئاب، ثم إذا واجه ضغوطا مشابهة لضغوط الطفولة، فإنه ينهار وتظهر أعراض الاكتئاب، حيث يرى إبراهام أن فقدان الشخص لعزيز لديه، أو شيء ثمين، أمر عادي أن يشعر بالحزن عليه، ولكن الغير عادي هو شدة الحزن، وهذا ما يدعى بالاكتئاب، والاكتئاب لدى إبراهام يستمد طاقته من الحب أو الغضب.

كما ترى هذه النظرية أن التناقض العاطفي هو الخاصية الأساسية للحياة النفسية لدى مريض الاكتئاب ، فكمية الحب وكمية الكراهية اللذان يتعايشان معاً تكونان أقرب إلى التكافؤ ، فمرضى الاكتئاب عاجزون عن الحب لأنهم يكرهون كلما أحبوا، ولقد قرر أبراهام أن مريض الاكتئاب متناقض العاطفة إزاء نفسه بقدر ما هو متناقض العاطفة إزاء الموضوعات .

ويرى إبراهام كذلك أن المرحلة الفمية هي نقطة التثبت المفضلة لدى مرضى الاكتئاب وهذا ما يفسر اضطراب الأكل لديهم وترى نظرية التحليل النفسي أنه يمكن تلخيص العوامل المثيرة للاكتئاب في :

- تغيير في التوازن الخاص بالدوافع الغريزية أي الحب والعدوان .
- تغيير في علاقة المريض بموضوع الحب .

إن فقدان الحب هو الموقف ألأساسي الباعث على الاكتئاب ، فابتعاد موضوع الحب يمكن أن يستشعره الاكتئابي فقدان للحب ، وهذه العلاقة مع موضوع الحب التي يحدث بانقطاعها الاكتئاب يكون نموذجها العلاقة الأولى مع الأم ، ومن هنا فإن الموقف الأوديبي لدى الاكتئابيين تغمره الصراعات وخاصة ذات الطابع الفمي(بشرى،٢٠٠٧م).

المدارس السلوكية :

ترى السلوكية أن الإنسان يولد مزوداً باستعدادات عامة وهذه الاستعدادات تمثل المادة الخام وتتشكل حسب المثيرات التي يتعرض لها الفرد في بيئته ، فجميع ألوان السلوك تكتسب حسب قواعد التعلم ، ومن نتائج تشكيل الاستعدادات العامة بالتعلم التنظيمات السلوكية ، وقد ينشأ الصراع بين هذه التنظيمات ولكنه ليس كالصراع الذي يحدث بين الغرائز وبين المجتمع الذي تحدثت عنه نظرية التحليل النفسي ، ويواجه الطفل صراعاً بين سعيه لإشباع رغباته الأولية وقد يتعرض في سبيل ذلك للعقاب من جانب والديه ويعد مفهوم خفض التعزيز من المفاهيم الأساسية لدى بعض أنصار السلوكية، فعندما يقف الإنسان عن التصرف بالطريقة التي أعتادها قبل فقدان المحبوب عندما كان التعزيز كثيراً، فإن مستوى النشاط المنخفض ذاته يتم تعزيزه، عن فقدان الشخص المحبوب بالنسبة للاكتئابي يرتبط لديه بظهور عرض الكآبة خاصة وإن الاكتئابي غالباً ما تنقصه المهارات الاجتماعية التي تمكنه من العثور على آخر بسهولة .

وتوضح نظرية التعلم أن الاكتئاب لا يرجع إلى فقدان المحبوب فحسب ، فقد تنطفئ التعزيزات المعتادة لعدة أسباب وعلى هذا فإن مفاهيم المدرسة السلوكية تعزي الاكتئاب إلى انخفاض في النشاط عند انخفاض التعزيز (شاهين ، ٢٠٠٥م).

وبعد أن استعرضنا هذه النظريات المفسرة للاكتئاب، فإننا لا نستطيع أن نقول أن هناك نظرية واحدة مكتملة بذاتها، وأنها قد قدمت تفسيراً جامعاً مانعاً لمفهوم الاكتئاب ذلك أن كل نظرية قد تناولت الاكتئاب من وجهة النظر الفلسفية التي قامت عليها وما اعتمدت عليه من مبادئ وقوانين علمية، وبالتالي فإنه يمكننا القول بأن هذه النظريات يجمع بينها التكامل جميعاً والتوفيق بينها عند محاولة تفسير الاكتئاب.

الكوارث الطبيعية "السُّيول":

يتعرض سطح الأرض إلى العديد من الظواهر الطبيعية التي تؤثر فيه، ومن أمثلة تلك الظواهر العوامل الباطنية البطيئة كالانكسارات والالتواءات والعوامل الباطنية السريعة كالزلازل والبراكين، والعوامل الظاهرية ومن أبرزها التجوية والمياه الجارية، والرياح، والأمواج، والجليد، وليس شرطًا أن تكون تلك الظاهرات سلبية التأثير بل قد تشمل تغييرات يكون بعضها ذا تأثير إيجابي في حياة الإنسان، فعلى الرغم مما للبراكين من آثار مدمرة على حياة الإنسان والحيوان والنبات إلاَّ أن لها بعض الفوائد كظهور التربة البركانية والتي تعد من أخصب أنواع التربة الزراعية، كما تمثل منطقة جذب واستقطاب للسياح، والإفادة من المواد البركانية المقذوفة والتي تكون غنية بالمعادن كالبوتاسيوم والحديد والكبريت وغيرها(محسوب، أرباب،٢٠٠٢م).

مفهوم الكارثة:

الكارثة لغة:

كرَثَ: كرَثَه الأمر يَكْرُثُه كَرْثاً، وأكْرَثهُ: ساءه واشتد عليه وبلغ منه المشقة، وفي حديث علي: في سكْرةٍ مُلهِثة وغمرة كارثة، أي شديدة شاقة، مِن كرَثه الغمّ أي بلغ منه المشقّة(ابن منظور،٢٠٠٣م).

الكارثة في التعريف الاصطلاحي:

يرى حسين(١٩٩٧م) أن الكارثة هي الحدث الذي يترتب عليه آثار مدمرة وتنتج عنه وفيات وإصابات ولا يمكن وقف آثاره تماما، بل تمتد آثاره للمستقبل والكوارث بعضها طبيعية مثل الزلازل والسيول والأعاصير والفيضانات، وبعضها نتيجة فعل الإنسان وتدخله غير الرشيد الذي يسبب خللاً في التوازن الفطري.

تعريف هيئة الأمم المتحدة:

الكارثة هي حالة مفجعة يتأثر من جرائها نمط الحياة اليومية فجأة ويصبح الناس بدون مساعدة ويعانون من ويلاتها ويصيرون في حاجة إلى حماية، وملابس، وملجأ، وعناية طبية واجتماعية واحتياجات الحياة الضرورية الأخرى(http://ar.wikipedia.org).

تعريف المنظمة الدولية للحماية المدنية:

الكارثة هي حوادث غير متوقعة ناجمة عن قوى الطبيعة، أو بسبب فعل الإنسان ويترتب عليها خسائر في الأرواح وتدمير في الممتلكات، وتكون ذات تأثير شديد على الاقتصاد الوطني والحياة الاجتماعية وتفوق إمكانيات مواجهتها قدرة الموارد الوطنية وتتطلب مساعدة دولية(http://ar.wikipedia.org).

وترى أسماء الأهدل(٢٠٠٦م) أن الكارثة الطبيعية هي حوادث غير متوقعة ناجمة عن قوى الطبيعة، أو بسبب فعل الإنسان ويترتب عليها خسائر في الأرواح وتدمير في الممتلكات، وتكون ذات تأثير شديد على الاقتصاد الوطني والحياة الاجتماعية وتفوق إمكانيات مواجهتها قدرة الموارد الوطنية وتتطلب مساعدة دولية.

وعرفهامحسوب وأرباب(٢٠٠٢م) بأنها الأخطار وما ينتج عنها من أحداث مفجعة تصيب مناطق مختلفة من العالم، وتسبب خسائر في الأرواح والممتلكات في مناطق حدوثها وتكلف العالم آلاف الملايين من الدولارات، والتي قد تحدث نتيجة لبعض الظواهر الطبيعية (الجيوفزيقية) كالزلازل، والطفح البركاني، والسيول، والأمواج البحرية والانهيارات الجليدية والرياح والعواصف الترابية.

ويعرّفها الباحث بأنها بالحوادث المفجعة لحياة وممتلكات الإنسان والتي قد تنشأ نتيجة لبعض الظواهر الطبيعية.

وبما أن هذه الدراسة عن السيول التي هي أحد أنواع هذه الكوارث الطبيعية، فسيقوم الباحث هنا بعرض مفهوم السيول، والآثار التربوية والنفسية لها، وبعض النظريات التي فسرت الكوارث الطبيعية والصدمات الناتجة عنها.

السُّـــيول:

من المخاطر الطبيعية التي يتعرض لها الإنسان وتهدد حياته السيول، فبعض المناطق في المملكة تتعرض للسيول بشكل متكرر وعنيف وينتج عنه تدمير للطرق والجسور، كما تطالعنا الصحف في المملكة العربية السعودية بكثير من المآسي عن وفاة أسر بأكملها أو أفراد منها جراء ابتلاع السيول لها.

ويرى الباحث أن السُّيول تكمن خطورتها وتزداد في المناطق المجاورة لمجرى السّيول عبر التاريخ، ولانقطاع الأمطار فترة طويلة عن الجزيرة العربية بشكل عام أدى ذلك إلى اندثار بعض معالم الأودية مما أدى إلى تناسي الناس وتجاهلهم لمواقع السيول التي ستشكل خطراً يوما ما عليهم وعلى ممتلكاتهم.

كما يرى الباحث أن الأزمة السكانية التي تعاني منها المملكة العربية السعودية وارتفاع أسعار الأراضي دفع الناس إلى تناسي مواقع الخطر المتمثلة في مجاري السيول وذلك لسد احتياجاتهم، فهذا مما أدى بهم إلى ردم مجاري السيول واتخاذها مساكن لهم، وهذا بالتالي انعكس عليهم وأدى إلى ازدياد حجم الكارثة ومضاعفة الخطر، وبالتالي صعوبة الحلول وتأخرها.

كل ذلك انعكس على الجانب النفسي لدى ساكني هذه المناطق وجعلهم يعيشون حالة من التوتر والشلل في التفكير، خاصة وأن هناك ما يهددهم، خطر السيول من جهة وقرار الإزالة التي قررته الجهات

المختصة من جهة، بالإضافة إلى ما يعانونه من اضطرابات نفسية نتيجة تعرضهم للضغوط والأزمات التي تهد أمنهم ومستقبلهم.

مفهوم السُّيول:

السيول لغة:

سال الماء والشيء سيْلاً وسَيَلاناً: جرى، وأسالَه غيره وسيّله هو، والسّيل: الماء الكثير السائل، وجمعُه سيول، والسّيل جمعُه السّيول، ومسيل الماء جمعُه أمْسِلة: وهي الأمطار إذا سالت(ابن منظور،٢٠٠٣م).

السيول في التعريف الاصطلاحي:

"نوع من الفيضانات الخاطفة المدمرة التي تحدث نتيجة لهطول مطر شديد فوق منطقة محدودة المساحة نسبيًا بشكل فجائي قصير المدى تصاحبه تدفقات مائية بالغة السرعة بسبب الهطول المركز، ويؤدي ذلك إلى تدمير السيول وإتلاف الأراضي الزراعية وغرق الموجودين في مجرى السيول من إنسان وحيوان، وتدمير للمنازل السكنية وتشريد الأسر، كما قد تؤدي الفيضانات النهرية إلى كوارث مفجعة ومدمرة"(الأهدل، ٢٠٠٦م).

وعرف سليم والديب(١٩٩٤م:١١٩) كارثة السيول بأنها"الوضع الذي يؤدي إلى تغير فجائي في أحوال الأفراد الذين يتعرضون لهطول أمطار غزيرة وصواعق رعدية مخيفة قد تؤدي إلى أضرار بهؤلاء الأفراد"

ويعرفها الباحث بأنها ما ينتج عن هطول كمية كبيرة ومتزايدة من الأمطار تصيب مناطق مختلفة ومرتفعة فتندفع بسرعة هائلة نحو المنحدرات والمناطق المنخفضة ومجاري الأودية، وقد ينتج عنها آثار مفجعة تصيب الأرواح والممتلكات.

الآثار التربوية والنفسية للسيول:

إن الأمم الواعية حينما يداهمها الخطر تلجأ إلى التربية لسبب واحد بسيط هو أن أبناء المجتمع هم الذين ينبغي أن يكونوا في الصفوف الأولى دفاعا عن أمتهم، والتربية هي وسيلة الإقناع والتوعية والتدريب لهؤلاء الأبناء، ومن هنا فإن تسليحهم بالأسلحة المناسبة لكل المعارك هو التربية ولا شيء غيرها.

التربية هي قاعدة الانطلاق، والأمم تنطلق من قاعدة التربية فتصل أو تنحرف، تستقيم على الطريق إلى غايات محددة معروفة، أو تصل إلى التيه حيث لا نهاية ولا قرار(التويجري،١٤٠٦هـ).

ويرى فرحات(١٩٩٤م) أن الأمر يحتاج إلى نوع جديد من التربية ، وهى التربية في مواجهة الكوارث، فإذا استطعنا تحقيق تربية قبلية متكاملة تمكنا من ضبط ردود الأفعال، وبالتالي السيطرة على الانفعالات وتوجيهها فتكو ن الاضطرابات النفسية أخف على الفرد، ويظهر ذلك عند بيلينجز وموس حيث يقولان أنه

من الطبيعى أن تتنوع ردود الأفعال التالية للكارثة، حيث تكون الاضطرابات النفسية أقل بين الأفراد الذين يخضعون لنوع من البرامج والتعليم الخاص بالكارثة والذين تدربوا على مجموعة مناسبة من الأنشطة المؤهلة لمواجهة الكارثة وتم مناقشة هذه الأنشطة التي تساعد ميكانيزمات الدفاع على تقليل الاضطراب النفسي أثناء الكارثة.

ويرى الباحث أن الكوارث والأزمات تأتي فجأة وبالتالي فلها وقع الصدمة على الفرد، بعد ذلك تصبح تشكل تهديدا مباشرا للقيم والحاجات، كما تتصف بالسرعة والمباغتة فهنا تتولد عنها سلسلة من المواقف المتجددة، ودائما ما يكون الغموض قاسما مشتركا في كل الكوارث والأزمات إذ أن عوامل المفاجأة والتهديد والسرعة لا تسمح غالبا بإدراك جميع العوامل المتشابكة في المواقف المتلاحقة.

الآثار النفسية للسيول:

إن الأثر النفسي الرئيسى والمباشر لوقوع كارثة مهما كانت هو الرعب، فهناك فروق فردية تميز بين فرد وآخر، فثمة من تتملكه أشد حالات الرعب في موقف قد لا يستثير سوى قدر ضئيل من الخوف لدى فرد آخر، ومثل تلك الفروق الفردية إنما ترجع إلى أسباب متشابكة وما يعنينا في هذا الصدد هو رصد تلك الاستجابات التي تحدث عادة في موقف الرعب(حفني،١٩٩٠م).

ويرى الشربيني(٢٠٠٢م) بما أن الاستجابات تختلف من حدث إلى آخر، إلا أن الانفعال عامل مشترك بي كل تلك الاستجابات، والانفعال هو حالة توتر داخلي، تشمل أبعادا فسيولوجية ومعرفية وموقفية وتتسم بإحساسات وأشكال من السلوك التعبيري، ويغلب على الانفعالات أنها تظهر فجأة بحيث يصعب التحكم فيها، ويتضمن الرعب، باعتباره درجة من درجات انفعال الخوف، تنشيطا للفرع السمبثاوى من الجهاز العصبي الإرادي، وهو مسئول عن التغيرات الفسيولوجية التالية:

زيادة ضغط الدم وسرعة دقات القلب، سرعة التنفس، اتساع حدقة العين، ازدياد إفراز العرق، توتر وارتعاش العضلات، جفاف الفم ،ارتفاع مستوى السكر في الدم بحيث يتوافر للفرد مزيد من الطاقة، ازدياد سرعة تجلط الدم، تحول الدم من المعدة والأمعاء إلى المخ، انتصاب الشعر على الجلد .

تلك أهم المظاهر والآثار الفسيولوجية للانفعال بصفة بعامة وللشعور بالرعب بصفة خاصة، أما فيما يتعلق بتأثيرات انفعال الرعب على الوظائف المعرفية والتي تشمل التفكير والذاكرة والتخطيط والحكم، فإن أهم تلك التأثيرات هي:

١ - توقف تسلسل التفكير المنطقي نتيجة لتعطل وظائف التحليل والتقييم والحكم.

٢ - تفكك المعلومات المكتسبة حديثا وكذلك المعلومات المعقدة الدقيقة وذلك وفقا لدرجة تعقيدها ومستوى دقتها .

٣ - تأثر كفاءة الذاكرة خاصة فيما يتصل بالأحداث التي تجري أثناء الموقف المثير للرعب بحيث يصعب استعادة تلك الأحداث بدقة وبوضوح بعد انتهائها .

وتؤدي التأثيرات على الوظائف المعرفية إلى خفوت الأفعال الإرادية الموجهة وتصبح السيادة للعادات والاستعدادات الغريزية الأولية ، حيث إنها الأكثر مقاومة وثباتا ، ويصبح الفرد وقد تعطلت لديه تلك الوظائف المعرفية أكثر استعدادا للإيحاء ، بمعنى تقبل المنبهات دون نقد أو تمحيص والاستجابة لها بشكل آلي غريزي مباشر.

ويرى يعقوب(١٩٩٩م) أن كل من تعرض لكارثة صدمية كالكوارث الطبيعية عليه أن يعلم أن شعوره بأعراض كالأرق، والغضب، والحزن واضطراب الذاكرة، تعد ردود أفعال طبيعية لا تثير القلق وتسمى علميا بالاضطراب النفسي الحاد وتبدأ في الاختفاء بعد الشهر الأول.

ويختلف الباحث مع ذلك حيث يرى أن الأثر النفسي يستمر كلما كانت حدته أشد على المتضرر كالموت والتشريد مثلا .

ويرى راجح أن من أهم الاضطرابات المصاحبة للكوارث مايلي:

١ -الشعور بالقلق والخوف من خطر أو ألم أو عقاب يحتمل أن يحدث ، ولكنه غير مؤكد للحدث وهذا الانفعال مكتسب .

٢ -الشعور بالإحباط والخوف من المستقبل ، والخوف غير المبنى على العقلانية ، وهذا يفسر بقاء البعض في الخلاء لمدة طويلة ، نتيجة الذعر من تكرار الزلزال .

٣ -تصديق الشائعات ، وأن الشائعة في هذه الحالة تكون خصبة للتصديق دون إمعان الفكر أو التأمل العقلي في صحة المقولات .

٤ -ظهور الانسحاب وفقد الرغبة في الحياة .

٥ -فقدان الثقة بالنفس ، وحالات الهستيريا ، والأمراض النفسجسمية ، وغيرها من مظاهر الصدمة النفسية التي تظهر لدى الأطفال والتلاميذ(الشربيني،٢٠٠٢م).

ويرى حفني(١٩٩٠م) أن تلك الآثار تنقسم إلى قسمين:

أولا : على أساس توقيت الظهور، وينقسم إلى آثار فورية وآثار مرجأة .

ثانيا: على أساس نوعية الأثر ، وينقسم إلى آثار سلبية وآثار إيجابية.

وفيما يلي بيان ذلك:

أولا: على أساس توقيت الظهور وينقسم إلى:

١- الآثار الفورية:

وتتمثل في تلك الصدمة النفسية العصبية التي تنجم عن الرعب كانفعال شديد ، والتي قد تترك آثارا مدمرة على الجهاز العصبي .

٢- الآثار المرجأة:

فإنها قد تكون آثارا اجتماعية كتصدع الأسرة بفقدان أو إصابة أحد أفرادها ، أو انهيار مستوى الأسرة الاقتصادي إلى أخر تلك الآثار الاجتماعية التي تترك بصماتها على الطفل وتنشئته.

وقد تتسبب الكارثة في العديد من الآثار النفسية، التي تستمر معاناة الطفل منها بعد انتهاء الكارثة لفترة طويلة ، ولعل من أبرز الآثار المتوقعة :

١ - فقدان الثقة في قدرة الكبار على حمايته .

٢ - فقدان الثقة في إخلاص الكبار في بذل الجهد لحمايته .

٣ - الشعور بالذنب إذا ما تصور أنه كان عبئا على الكبار في موقف الكارثة .

٤ -عدم الاطمئنان للمستقبل خاصة إذا حدثت الكارثة مفاجأة دون مقدمات .

لعل ما سبق أهم الآثار الناتجة عن الكوارث، كما أن هناك عوامل أخرى تتعلق بنوعية الكارثة، وحجم التهديد الذي تحمله والأضرار التي نجمت عنها، وبعض الآثار تتعلق بطبيعة سلوك الأفراد تجاه بعضهم البعض، وتجاه الأطفال في موقف الكارثة، إن كل هذه العوامل متداخلة، متكاملة تحدد حجم وطبيعة الآثار التي يمكن أن تخلفها الكارثة.

ثانيا: على أساس نوعية الأثر ينقسم إلى :

١: الآثار السلبية:

عرف الديب والجبرى(١٩٩٣م) الآثار النفسية للكوارث بأنها عبارة عن الاستجابات أو ردود الأفعال الصادرة من التلاميذ نتيجة لوجود مثير معين (السيول) تعرضوا له، وأن هذه الاستجابات قد تكون مستمرة، وقد تكون متقطعة، وتكون بطبيعتها استجابات وقتية تظهر لفترة معينة مؤقتة ثم تنتهي، وقد تتكرر هذه

الاستجابة السلوكية عند وجود مثير مشابه للمثير الأصلي ، كما تم تقسيم الآثار النفسية للكوارث إلى آثار سلبية وإيجابية، وقد تنتج الآثار السلبية عما يلى:

١ -الرعب وهو عبارة عن خوف شديد يسببه خطر مفاجئ يؤدى إلى انفعال اندفاعي يتميز بفقدان ضبط النفس يتبعه سلوك هروب لا اجتماعي ولا عقلاني يوصف بكونه فرديا أو أنانيا .

٢ -القلق وهو انفعال سلبي أو استجابة انفعالية متعلمة على أساس مبادئ الاشتراط ، وتؤدى إلى إعاقة الأداء.

٣ -الخوف من الموت والشعور بأنه شئ مرعب ومفاجئ والخوف من المجهول ومصير الجسد بعد انتهاء الحياة والخوف من مفارقة الناس.

٤ -الشعور بأعراض اكتئابية كفقدان الشهية ، وفقدان الهمة ، وتفريغ السلوك بصورة لا سوية ، واضطرابات النوم ، والشكاوى الجسمية ، ونقص القدرة على التركيز ، ونقص الاهتمام بالمظهر ، والانسحاب الاجتماعي.

مما سبق يتضح أن أهم الآثار النفسية السلبية للسيول هي : القلق، والاكتئاب، والخوف.

٢:آثار إيجابية:

وكما أن المصائب والكوارث والنوازل لها آثارها السلبية، ففي ديننا الإسلامي الحنيف دلنا على أن النوازل والمصائب إذا حلت بالمرء فهي خير له، خيث قال الله عز وجل في كتابه الكريم:﴿ وَعَسَىٰٓ أَن تَكۡرَهُواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ خَيۡرٞ لَّكُمۡۖ وَعَسَىٰٓ أَن تُحِبُّواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ شَرّٞ لَّكُمۡۚ وَٱللَّهُ يَعۡلَمُ وَأَنتُمۡ لَا تَعۡلَمُونَ ٢١٦ ﴾ (٢١٦) البقرة.

كما بين لنا رسولنا عليه أفضل الصلاة وأتم التسليم، أشد الناس ابتلاء وأكثرهم صبراً، فهو عليه الصلاة والسلام أحد أولي العزم من الرسل، فعن أبي يحيي صهيب بن سنان رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلي الله عليه وسلم : ((عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله له خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن : إن أصابته سراء شكر فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرا له))(١٠٩)(رواه مسلم).

ويقول سيجديم Cigdem إن الاعتقاد بالتحكم الإلهي في إدارة الأمور والإيمان بالقدرة على التوافق مع الأوضاع القائمة ينتج عنهما آثار نفسية اجتماعية إيجابية لمفهوم الكارثة.

ولقد لاحظ ريفيل Revel أن الكثير من الناس لم تبد استخفافا بالمخاطر المستقبلية للكوارث، إلا أن الغالبية منهم لم تأخذ حذرها واستعدادها ، وربما يعكس هذا الشعور بالضعف أو الإيمان بالقضاء والقدر .

ويرى شعلان أن هناك تباينا واضحا في استجابات الأفراد ، فقد وجد أن البعض يحتاط لنفسه ، إلا أن البعض الآخر لن يلوم أحدا لأن ما حدث قضاء وقدر ، وكذلك تكون استجابته أن يستسلم لما حدث بعد أن يجتاز مرحلة الخوف من فقدان الحياة ، بل إنه سيزهد في الحياة ، ويكتسب حكمة وخبرة ونموا ونضجا نفسيا ، وهذا سلوك إيجابى يتقبل فكرة الموت ولكنه لا يقبل عليها طالما هو حي ، وهو يعمل على إبقاء الحياة وحمايتها فيهرع لكي يعاون غيره في محنته بأقصى ما يستطيع ، فالمهم هو أن تستمر الحياة وحتى إذا ما جاء الموت فإنه نوع آخر من الحياة الأخرى(حفني،١٩٩٠م).

وأظهرت دراسة الديب والجبري(١٩٩٣م) الآثار الإيجابية فتحددت في زيادة الإيمان بالله وبالقضاء والقدر والاهتمام بأداء العبادات المفروضة وعمل الخير وكذلك الشعور بالحب والتفاعل الإيجابى مع الآخرين، والرغبة في الحياة والإقبال عليها والشعور بالانتماء للأسرة والمجتمع وتحمل المسئولية والمشاركة والتعاون مع الآخرين.

ويشير معوض إلى أن دراسات الكوارث أوضحت أن الإنسان كائن اجتماعي قابل للتأقلم بدرجة عالية عندما يواجه مباشرة بتحديات واضحة لاستمرار وجوده ، فلقد بقى على قيد الحياة ونجا من كل صور الكوارث في الماضي، ومن الأرجح أن يفعل ذلك أيضا في المستقبل(الشربيني،٢٠٠٢م).

ويرى الباحث أن تلك الآثار النفسية الاجتماعية الإيجابية ناتجة من طبيعة المجتمعات المؤمنة بتعاليم الدين الذى يحث على التعاون والمحبة والتكافل والصبر على الشدائد. قال رسول الله صلي الله عليه وسلم "أحب الناس إلى الله أنفعهم للناس، وأحب الأعمال إلى الله، سرور تدخله على مسلم ؛ تكشف عنه كربة ، أو تطرد عنه جوعا، أو تقضي عنه دينا" وهذا ما ظهر من تماسك المجتمع عند وقوع الفيضانات والسيول في محافظة جدة.

النظريات المفسرة للكوارث الطبيعية والصدمات الناتجة عنها:

سوف يعرض الباحث هنا ما استطاع استخلاصه من النظريات التي أشارت إلى الكوارث الطبيعية والاضطرابات المصاحبة لها كصدمات:

١-نموذج التحليل النفسي:

يفسر رواد التحليل النفسي الصدمات المصاحبة للكوارث على أنها استثارة زائدة لحوافز الفرد المتعرض للكارثة، ويفترضون أن الصدمة تعيد تنشيط صراع نفسي قديم غير محلول، وانبعاث الصدمة الطفولي ينتج عنه نكوص واستخدام للآليات الدفاعية مثل الكبت والإنكار والإلغاء، وينبعث الصراع من جديد حين يحدث

الموقف الصادم وتحاول الأنا أن تسيطر على الموقف لتخفيف القلق، ويعتقد هذه النموذج أن المكاسب الثانوية التي يتلقاها المصاب من البيئة الخارجيةكالاهتمام والتاطف والتعويضات المالية من الممكن أن تعز الاضطراب وتدعمه، ويعاب على التحليل النفسي إهماله لواقع الكارثة، وتركيزه على الصدمة باعتبارها العامل الأساسي في تحديد احتمالات تطور الاضطرابات المصاحبة للصدمة.

٢-النموذج المعرفي:

إن معالجة المعلومات تعتبر من أهم النظريات التي جاولت أن تفسر الاضطرابات المصاحبة للصدمة، فالمنبهات التي تغزونا، قسم منا يستوعبه الدماغ وتتم معالجته، بينما لا تتم معالجة القسم الآخر بشكل صحيح لأن المنبهات تكون ناقصة أو فوق طاقة الجهاز العصبي كما هي الحال في الكوارث والصدمات بحيث لا تلائم المنبهات الخطيرة الطارئة مع خبرات الشخص ونماذجه المعرفية، لأنها تتخطى الإطار السوي للتجربة الإنسانية، ويؤدي هذا إلى حدوث التشويه والاضطراب في معالجة المنبهات، وفي هذه الحالة تبقى المنبهات الصادمة نشطة وتستمر في ضغطها المؤلم على الشخص الذي يحاول عبثا أن يبعدها عن عتبة الوعي حتى يشعر بالراحة والأمان، غير أن الشخص المصدوم يلجأ عادة إلى استخدام بعض الوسائل الدفاعية السلبية مثل النكران والتبلد والتجنب، وهذه الوسائل تشكل السمات البارزة للاضطرابات المصاحبة للصدمة.

٣-النموذج العصبي الحيوي:

ويرى هذا النموذج أن الاستجابة العصبية الحيوية تؤدي إلى تنشيط إفراز هرمونات الضغوط التي تسمح للجسم أن يستجيب لها بطريقة تكيفية، وقد سجلت لدى الحالات التي تعاني من الاضطرابات المصاحبة للصدمة استجابات فسيولوجية مرتفعة للمنبهات الضاغطة مثل ارتفاع ضغط الدم وازدياد معدل ضربات القلق والتنفس والاستجابات الحسية والنشاط العضلي، ويرى فان دركوللك أن هذه الأعراض تنجم عن تغيرات في نشاط الناقلات العصبية، وأن الأعراض ترتبط بالنشاط الزائدللإثارة الأدرينالينية، ويفسر لنا هذا فقدان الإحساس باللذة والانسحاب الاجتماعي.

كما يذكر صادق(١٩٩٢م) أن الفرد الذي يصادف أزمه حادة يمر بثلاث مراحل، تمثلت المرحلة الأولى في الإحساس والشعور بالصدمة ، وتسمى الثانية بمرحلة القيم الذاتية ، أما الثالثة فتدعى بمرحلة الواقعية ويمكن تطبيق ذلك على كارثة السيول إذ تمثلت المرحلة الولى في تعرض بعض الأفراد من أعمار متباينة لصدمة السيول التي هددت كيان الأسر وممتلكاتها ، فكانت أمرا غريبا خرج عن المألوف والمتوقع لها آثار

سلبية. إذ انها تهديد لحياة الفرد ، وتحطيم مفاجئ للمنازل والممتلكات ، ورؤية بعض الأفراد يتعرضون للغرق والموت والإصابات الخطيرة ووقوع الأذى والمكروه لمن يعرفونهم ، وكان نتائج ذلك الإرتباك والأسى والخوف من المجهول ، وفقدان الشعور بالأمن ، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث السريعة . وفي المرحلة الثانية يتفاعل الفرد مع الآثار السلبية للسيول في ضوء تنشئته وقيمه واستعداداته في محاولات للتكيف ، بينما المرحلة الأخيرة يحاول الفراد القيام ببعض الأعمال التي من خلالها يمكن التغلب على الصعوبات والعمل فرديا وجماعيا في حل المشكلات ، وتجنيد كل الإمكانيات ، وتذويب الأهداف الفردية في سياق الأهداف الجماعية كمحاولة واقعية للتغلب على هذه الكارثة.

ويرى الباحث أن الصدمات الناجمة عن الكوارث وما يصاحبها من خوف وهلع وذعر واكتئاب وإحساس بانعدام الأمن، وما تتركه من صور ذهنية سلبية تحتاج إلى دعم وتأهيل نفسي للمتضررين، حيث يكون ذلك باستخدام عدة أنواع من العلاج مشتركة، بدءا بالعلاج الديني الذي يتم فيه توظيف المعطيات الدينية من أجل الوصول إلى التوافق الذي يسمح له بالقدرة على ضبط انفعالاته، وذلك من خلال القرآن الكريم والسنة النبوية المُطهرة، وهذا يدعم الفرد المضطرب ويمده بالصبر والرضا بقضاء الله تعالى، ثم العلاج المعرفي الذي يقوم على استخدام بعض الفنيات العلاجية المتمثلة في قيام الشخص المضطرب بتسجيل أفكاره التي تراوده سواء السلبية أو الإيجابية، وخاصةً تلك الأفكار المُرتبطة بالكارثة، ويتم مناقشة هذه الأفكار، وإقناعه بعدم صحة ما هو خاطئ منها، كما أن من بين الفنيات المستخدمة في العلاج المعرفي ما يُسمي بالعلاج البديل والذي يتضمن محاولة البحث عن بدائل وحلول أخرى للمشكلات والصراعات التي يُعاني منها جراء تعرضه للكارثة، ومن بين الفنيات المستخدمة في العلاج المعرفي ما يُسمي بالتدريب على إعادة العزو، الذي يُشير إلى تدريب الشخص المضطرب على إدراك أسباب الأحداث والظروف السلبية التي مر بها ووضعها في مسارها الصحيح، ويقوم العلاج المعرفي كذلك على فنية استبدال الأفكار السلبية بالأفكار الإيجابية، وتنمية الثقة بالنفس، وأخيرا العلاج المجتمعي الذي يكون بتضافر كافة مؤسسات المجتمع وفئاته من أجل التغلب على الخلل النفسي الناتج عن الكارثة، وهو ما يقوم الباحث بدراسته تحت متغير المساندة الاجتماعية، فالدعم الاجتماعي يبث الثقة في النفس ويقوي المناعة النفسية ويزيد قدرتهم على التحدي ومواجهة المواقف واتخاذ القرار.

ثانيا: الدراسات السابقة

سوف يقوم الباحث بعرض ما توصل إليه من دراسات تتعلق بمتغيرات الدراسة (الصلابة النفسية، المساندة الاجتماعية، الاكتئاب) وعلاقة كل منها بمتغيرات أخرى تخدم موضوع الدراسة بشكل مباشر وغير مباشر، والتعرف على أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسات، وسيكون ذلك على النحو التالي:

١. الدراسات التي تتعلق بالصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى.

٢. الدراسات التي تتعلق بالمساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى.

٣. الدراسات التي تتعلق بالاكتئاب وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى.

٤. الدراسات التي تتعلق بالكوارث الطبيعية والصدمات المصاحبة لها.

الدراسات التي تتعلق بالصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى:

تناولت دراسة (Kobaza, 1979) "ضغوط الحياة الشخصية والصحية مدخل في الصلابة"، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات النفسية، التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية ، رغم تعرضه للضغوط، تكونت عينة الدراسة من (760) موظفاً يعيشون درجة عالية من الضغوط تراوحت أعمارهم بين (40-49) سنة، وحاصلين على درجات جامعية على الأقل ، يمثلون مستويات اجتماعية وتعليمية مختلفة، واستخدمت الباحثة استبيان (هولمز وراهي) لأحداث الحياة الضاغطة واستبيان (وايلر، ١٩٦٨م) للأمراض، ولقياس الصلابة النفسية تم استخدام المقاييس التالية لقياس التحكم استخدمت المقاييس الأربعة التالية" مركز التحكم في التدعيم الداخلي والخارجي / مقياس العجز- التحكم من مقياس الاغتراب ، مقياس المعنى مقابل العدمية ، مقياس الإنجاز" ، ولقياس مكون الالتزام استخدمت مقياس" الاغتراب عن العمل وعن المؤسسات الاجتماعية ، وعن العلاقات الشخصية ، وعن الأسرة ، وعن الذات" ولقياس متغير التحدي ، استخدمت المقاييس التالية : "الخبرات الشيقة ، مقياس النشاط مقابل الكسل ، مقياس البناء المعرفي ، مقياس البقاء ، مقياس المسؤولية مقابل المغامرة"، وكان من نتائج الدراسة أن الأشخاص الأكثر صلابة رغم تعرضهم للضغوط كانوا أقل مرضاً، كما ويتسمون بأنهم أكثر صموداً وإنجازاً وسيطرة وضبطاً داخلياً وكفاية واقتداراً ونشاطاً وطموحاً، في حين أن الأشخاص الأقل صلابة أكثر مرضاً وعجزاً وأعلى في الضبط الخارجي، كما توصلت الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا أكثر مرونة وكفاية واقتداراً ونشاطاً ومبادأة واقتحاماً وواقعية .

وقد أجريت العديد من الدراسات التي تحاول معرفة التأثير الإيجابي للصلابة النفسية في مقاومة الضغوط وخفضها كدراسة كوبازا وآخرون (Kobaza, et al ,1982) بعنوان : "الصلابة النفسية ،

وعلاقتها في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية"، والتي هدفت إلى معرفة أثر الصلابة النفسية ومكوناتها كمتغير سيكولوجي ، في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية، تكونت عينة الدراسة من عينات متباينة الإحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا والمحامين ورجال الأعمال ، حيث كان عدد العينة (259) تراوحت أعمارهم ما بين 23-65 بمتوسط عمري 40 عاماً، تكونت أداوت الدراسة من مقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداد (راهي ، 1967) ومقياس الصحة والمرض من إعداد (وايلر وماسودا وهولمز)، ومقياس حالة الاستعداد الوراثية في الشخصية، ومقياس مركز الضبط ، ومقياس الاغتراب عن الذات وعن العمل لقياس الالتزام، ومقياس الأمن، ومقياس المعرفية، وكان من نتائج الدراسة أن الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة، لا تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد فقط، بل تمثل مصدراً للمقاومة والصمود والوقاية من الأثر الذي تحدثه الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية، في مقابل الشعور بالاغتراب ، والتحكم في مقابل الضعف ، والتحدي في مقابل الشعور بالتهديد، وجود ارتباط دال بين بعدي الالتزام والتحكم والإدراك الإيجابي والواقعي للأحداث الحياتية الشاقة وكذلك الأساليب الفعالة التعايشية، كما أشارت النتائج إلى دور بعض المصادر الاجتماعية في الوقاية من الإصابة بالاضطرابات، كالمساندة الاجتماعية في محيط الأسرة، ولكن في ظل اقترانها بعدد من المصادر الشخصية الأخرى المدعمة لها ولدورها، كالصلابة النفسية.

وكما في دراسة هول وآخرون Hull ,et a ١٩٨٧م بعنوان : "دور الصلابة النفسية في تخفيف أثر أحداث الحياة الضاغطة"، والتي هدفت الدراسة إلى تحديد الطبيعة العاملية لمفهوم الصلابة ، ودور الصلابة كمتغير وسيط يخفف من أثر أحداث الحياة الضاغطة، ودراسة مفهوم الصلابة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (1004) طالباً جامعياً وقد تم تقسيم العينة إلى ست مجموعات، كل مجموعة يستخدم بها عدداً من المقاييس النفسية، حيث تم استخدام مقياسين للصلابة النفسية في هذه الدراسة، كان أحدهما مقياساً طولياً ، والآخر مقياساً مختصراً ، وقد تم استخدام مقياس الاجتماعية ، والقلق الاجتماعي، والخجل، والوعي بالذات، والوعي بالآخرين، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الصلابة ليست مفهوماً واحداً بل ثلاثة مكونات منفصلة، وأن بعدي الالتزام والتحكم يتمتعان بخصائص سيكومترية ملائمة ، وإنهما يخففان من أثر الضغوط ، وإن كان أثرهما يرتبط بنوعية الموقف ، كذلك وجود ارتباطات ذات دلالة بين مقياسي الصلابة النفسية والمقاييس الأخرى، فالأشخاص ذوو الصلابة المرتفعة حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الخجل والقلق الاجتماعية والوعي بالذات والوعي بالآخرين(راضي،٢٠٠٨م).

كما قام سميث وآلبرد (Smith & Alpeerd, 1989) بدراسة بعنوان:"مدى مقاومة الأفراد ذوي الصلابة للأمراض النفسية التي تحدث نتيجة الضغوط"، حيث هدفت الدراسة إلى التأكد من أن الأشخاص ذوي الصلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تحدثها الضغوط ، ويرجع هذا الأسلوب لتفكيرهم التكيفي الذي يؤدي إلى خفض مستوى الإثارة الفسيولوجية لديهم ، وتحقيقاً لهذا الهدف استخدم الباحث النسخة المنقحة لمقياس الصلابة النفسية ، وقائمة سمة القلق لقياس العصابية، كما تم قياس ضغط الدم في بداية الدراسة على عينة الدراسة المكونة من (48) طالباً ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة ، يستخدمون جملاً إيجابية في التعبير عن الذات حتى في ظل اكثر الظروف تهديداً ، كما أنهم أقل إظهاراً للإثارة الفسيولوجية عند انتظارهم لبدء المهمة المعملية .

وأشارت دراسة اسبل (Asbell, 1989) بعنوان:"العلاقة بين أساليب المواجهة ومنغصات الحياة اليومية والصلابة النفسية والإصابة بالمرض" إلى التعرف على ضغوط الحياة ومنغصاتها اليومية وأساليب مواجهتها لدى الأفراد ، وتكونت عينة الدراسة من (181) شخصاً تم تطبيق مقياس طرق المواجهة المنقح ، ومقياس الصلابة النفسية، ومقياس منغصات الحياة اليومية ، وقائمة الأعراض الجسمية ، وقائمة الأعراض المرضية لهوبكنز Hopkins عليهم ، أسفرت نتائج الدراسة عن أن الأعراض المرضية تعد مؤشراً جيداً للتنبؤ بالأساليب المواجهة المستخدمة، ووجود ارتباط دال بين أساليب المواجهة والأعراض المرضية ، كما بينت الدراسة عدم وجود ارتباط بين الصلابة النفسية والأعراض المرضية .

وبحث ميتشيل (Mitchell ,1989)"أثر الصلابة والتقييم المعرفي للضغوط في اختيار استراتيجيات المواجهة"، حيث هدفت دراسته لمعرفة أثر الصلابة النفسية ، والتقييم المعرفي ، على أحداث الحياة ، تكونت عينة الدراسة من (165) طالباً من طلبة البكالوريوس في التمريض ، طبق عليهم مقياسان للصلابة النفسية ، وهما الطبعة الثالثة لمقياس الصلابة النفسية ، وقائمة النظرات الشخصية ، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود ارتباط بين الصلابة والتقييم المعرفي للأحداث بأنها مثيرة للتحدي ، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة وتقييم الأحداث بأنها مثيرة للتهديد ، وجود ارتباط إيجابي بين الصلابة واستراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة ، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة وبعض مقاييس المواجهة التي تركز على الانفعال ، يوجد ارتباطا إيجابي بين الصلابة وإدراك فعالية المواجهة .

وأشارت دراسة كوزي (Cozzi , 1991) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين ضغوط الحياة ونوعية الصلابة النفسية ، والتحمل الاجتماعي ، وعوامل البيئة الاجتماعية التي تؤدي بدورها لاختلاف المنجزين دراسياً ، عن غير المنجزين من نفس مستوى القدرة ، وبلغت عينة الدراسة (227) طالباً وطالبة من طلبة

الجامعة ، بلغ عدد الإناث (127) وبلغ عدد الذكور (100) طالباً ، تتراوح أعمارهم بين (18-30) سنة ، طبقت عليهم اختبارات حسابية خلال 75دقيقة متطلبة لمعالجات ، وقد قيست الصلابة النفسية ، في ضوء أبعادها الثلاثة الالتزام ، التحدي ، التحكم ، وقد تم استخدام مقياس الإنجاز الكتابي القرائي ، ومقياس تقدير الذات ، وقد كان من نتائج الدراسة أن تباين الشخصية ، والمتغيرات البيئية الاجتماعية ذات مؤشر جيد لتعديل الدور ، وأن الصلابة النفسية تعمل كمدعم للضغط والتحمل الاجتماعي ، كما توصلت أيضاً إلى أن الضغوط أدت إلى قلة الإنجاز وعدم المقدرة الاجتماعية وظهور أعراض التوتر .

وكشفت دراسة ويبي (Wiebe, 1991) عن أثر الصلابة النفسية ، والتقييم المعرفي في التقليل من أثر الضغوط والاستجابة لها ، تكونت عينة الدراسة من (820) طالباً جامعياً من كلا الجنسين ، بمتوسط عمري 21.4 ، وقد استخدم المقاييس التالية : مقياس الصلابة النفسية الخمسة ، مقياس تحمل الإحباط ، مقياس المشاعر الإيجابية والسلبية ، مقياس إدراك إمكانية التحكم في المهمة المقدمة ، بعض المقاييس السيكوفزيولوجية مثل : مقاومة الجلد ومعدل نبض القلب ، وقد كان من نتائج الدراسة أن الأشخاص الأكثر صلابة أكثر تحملاً للإحباط ، وأن المهمة المعملية كان قد تم تقييمها على أنها أقل تهديداً ، كما أثبتت الدراسة أنه لم يكن للتقييمات المعرفية أي أثر يذكر لدى عينة الإناث .

وتوصلت دراسة كولينز (Collins , 1992) بعنوان : "الصلابة النفسية كمصدر لمقاومة الضغوط" إلى التعرف على صفات الشخصية للمراهقين ، لفهم بعض الأشخاص الذين يتمتعون في مرحلة عدم الاتزان بالمقدرة على تغيير مهاراتهم لتساعدهم على احتواء أي تغيير في ظروفهم الاجتماعية ، وقد تكونت عينة الدراسة من الشباب الذين تراوحت أعمارهم بين (11-16) سنة ، وعددهم (223) ، وقد تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية للمراهقين ، وقد توصلت الدراسة إلى أن الصلابة النفسية عملت حاجزاً مخففاً من تأثيرات الضغوط ، كما أثرت مباشرة في التنبؤ بالانحرافات السلوكية مثل : "الاتجاه نحو الانحراف الاجتماعي ، الكبت ، والتمرد" ، وقد أنبأت الدراسة بردود الفعل الإيجابية نحو الاكتئاب ، والخلافات العائلية ، وعلاوة على ذلك قد كان لعامل الجنس أهمية كمتغير للتنبؤ بالسلوك المتوافق ، وكانت العلاقة سلبية بين عامل الجنس والتوافق السلوكي ، وقد أشارت النتائج إلى أن الذكور أكثر ميلاً نحو الانحراف الاجتماعي والتمرد والكبت من الإناث ، مما يدل على أن كل المتغيرات "العمر ، الجنس ، والرغبة الاجتماعية " مهمة لأخذها في الاعتبار في تصوير برامج الدعم التي تعد للمراهقين .

وهدفت دراسة (Williams, Wiebe & Smith, 1992) إلى التعرف على دور عمليات المواجهة ، كوسائط في العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة الجسمية ، قام كل من (وليام وويب وسميث) بدراسة على

(166) فرداً من طلبة الجامعة ، (85 ذكوراً و81 إناث) ، استخدام الباحثون المنهج الوصفي التحليلي ، وطبقوا على العينة مقياس الصلابة النفسية ، وأخر لقياس أساليب المواجهة ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية ، وأساليب المواجهة الفعالة ، مثل : التركيز على المشكلة ، البحث عن الدعم البناء ، وأشارت الدراسة لوجود علاقة سلبية بين الصلابة النفسية وأساليب المواجهة غير الفعالة ، مثل : التجنب ، كما أشارت الدراسة لوجود ارتباط بين الصلابة النفسية وعدد قليل من الأمراض الجسمية التي ذكر أفراد العينة أنهم يعانون منها .

وبحثت دراسة مادي وكوبازا (Maddi & Kobaza , 1994)"العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلبة الجامعات "، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة ، وما تحتوي من الإحساس بالذات ، الذي يؤكد على الالتزام والسيطرة والتحدي ، وبين الصحة النفسية ، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (157) من طلبة الجامعات الذين تتراوح أعمارهم بين (18-42) عاماً ، استخدم الباحثان مقياساً لمسح وجهة النظر الشخصية ويرمز له بالرمز (PVS) لقياس الصلابة ، ومقياس بكنز للأعراض لفحص الحالات الانفعالية السلبية ، ومقياس الشخصية (MMPI) ، وأشارت نتائج الدراسة لوجود علاقة سلبية بين درجات (PVS) ودرجات (MMIP) ، مما يدل على وجود إتجاهات للمرض النفسي ، كما أظهرت النتائج وجود دعم وتأييد للفرضية القائلة : إن الصلابة تعكس وجود محركات للصحة النفسية ، حيث أن الصلابة صفة مشتركة في الصحة النفسية .

وهدفت دراسة كلارك وهارتمان (Clark & Hartman,1996) بعنوان : "أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على الحالة الصحية والشعور بالكرب النفسي لدى عينة من الراشدين" إلى تحديد أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي ، على الحالة الصحية والشعور بالكرب النفسي ، لدى عينة من الراشدين القائمين على رعاية أقاربهم من المسنين ، تكونت عينة الدراسة من (53) شخصاً، هذا وقد بلغت نسبة الإناث في العينة (68%) ، تكونت أدوات الدراسة من مقياس التكرار والمدة ، وقائمة المشكلات السلوكية ، مقياس المشاركة في المهمة، قائمة النظرة الشخصية، قائمة بيك للاكتئاب، مقياس الحالة الطبية، والأعراض الجسمية، وقد أشارت النتائج إلى دور الصلابة في تقليل أثر الضغوط وزيادة الصحة النفسية، كما أن الصلابة النفسية والتقييم المعرفي يمكن المساعدة في التنبؤ بالكرب النفسي ، وذلك من خلال درجات الاكتئاب والرضا عن الحياة .

وأُجريت دراسة جارسون (Garson , 1998) بعنوان : "العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين الطلبة الخريجين" لبيان العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين

الطلبة الخريجين ، حيث بلغت عينة الدراسة (101) طالباً ن الطلاب الخريجين في قسم علم النفس من مدرسة اميدوسترن للخريجين ، واستخدام الباحث اختبار الشخصية الصورة (PVS.II) ، واستبيان الضغوط اليومية (DSI) ، ومقياس الصلابة النفسية ، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فعالية وتأثيراً من الذين حصلوا على درجات صلابة منخفضة ، كما أن الضغوط ترتبط إيجابياً بمهارات المواجهة التالية : التحليل المنطقي ، التجنب المعرفي ، التفريغ الانفعالي ، والإستسلام ، كما توصلت الدراسة إلى أن الصلابة الكلية ، والتجنب المعرفي ، والتحليل المنطقي ، منبئات هامة للضغوط ، كما أشارت لوجود علاقة سالبة بين الصلابة والضغوط ، حيث وجد أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل ضغطاً من الطلاب الذين لم يحصلوا على درجات عالية في الصلابة .

وأجرت لولوة حمادة وعبد اللطيف (2002م) دراسة بعنوان : "الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة"، هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت ، والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب ، وتكونت عينة الدراسة من (282) طالباً وطالبة ، منهم (70) من الذكور و (9212 من الإناث ، وطبق على العينة مقياسان هما : مقياس الصلابة النفسية من تصميم (Younkin & Betz,1996)، ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم (Burger & Cooper,1976)، والمقياسان من تعريب الباحثين ، واستخدام الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي ، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية ، وداخل عينتي الذكور والإناث كل على حدة . وأنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية على المقياسين تبعاً لمتغيرات الدراسة الأخرى ، وهي : الحالة الاجتماعية ومعدل الدرجات والعمر .

وهدفت دراسة عزة الرفاعي(2003م) بعنوان : "الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها" إلى بحث الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة ، وأساليب مواجهتها ، تكونت عينة الدراسة من (321) طالباً وطالبة ، منهم (161) من الذكور و (160) من الإناث ، تراوحت أعمارهم بين (19-26) سنة، من طلبة جامعة حلوان ، واقتصرت الدراسة على طلبة المستوى الثالث والرابع من ذوي التخصصات النظرية دون العملية في الجامعة ، وكانت أدوات الدراسة مكونة من : مقياس الصلابة النفسية من إعداد (كوبازا) ترجمة (مخيمر، 1996م) ، ومقياس إدراك أحداث الحياة الضاغطة من إعداد الباحثة ، ومقياس أساليب المواجهة من إعداد الباحثة، وقد كان من نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ومكونيها (الالتزام ،

التحكم) ، في حين ظهرت هذه الفروق في مكون (التحدي) وكانت إلى جانب الذكور ، ووجود فروق في الضغوط الأكاديمية والضغوط الاقتصادية بين الذكور والإناث فكان الذكور أقل معاناة من الضغوط الأكاديمية والاقتصادية مقارنة بالإناث ، كما وجد فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور ، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية ، كما أنه لم يكن للصلابة دوراً بارزاً في تعديل العلاقة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأقل فعالية .

كما سعت دراسة دخان والحجاز (2005 م) بعنوان:"الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم" إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادره ، لدى طلبة الجامعة الإسلامية ، وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة ، والصلابة النفسية لديهم، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (541) طالباً وطالبة . واستخدم الباحثان استبانتين ، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ، والثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها : وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية ، وأشارت إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (٦٢,٠٥٪)، وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (٧٧,٣٣٪)، كما بينت الدراسة وجود فروق دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية ـ عدا ضغوط بيئة الجامعة ـ تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ، وبينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية ـ عدا الأسرية والمالية ـ تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية ـ عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة ـ تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع ـ كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية ـ عدا المالية والدرجة الكلية ـ تعزى لمتغير الدخل الشهري .

وكشفت دراسة أبو ندى (2007م) بعنوان : "الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة " عن العلاقة بين الصلابة النفسية وضغوط الحياة ومتغيرات ديموغرافية أخرى ، هي(الجنس ـ نوع الكلية ـ المستوى الدراسي ـ دخل الأسرة الشهري) ، وقد تكونت عينة الدراسة من (549) طالباً وطالبة وهي تمثل حوالي (10%) من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عددهم (5105) طالباً وطالبة للمستوى الثاني والرابع من الكليات المختلفة في جامعة الأزهر، وقد اعتمت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي ، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر 1997م، وقد قام

دخان والحجار 2005م بتقنينه على البيئة الفلسطينية ، وقام الباحث ببناء مقياس لضغوط الحياة وتقنينه على عينة الدراسة ، وقد خلصت الدراسة إلى النتائج الآتية : وجود صلابة نفسية عالية لدى طلبة الجامعة بنسبة (76.09%) ، في المقابل اتضح أن الطلبة يعانون من ضغوط حيث بلغت النسبة (76.02%) ، وقد شكلت الضغوط السياسية المرتبة الأولى من أبعاد المقياس ، وكان في المرتبة الأولى ضغوط التنظيمات الفلسطينية ، تلا ذلك ضغوط قمع الاحتلال الإسرائيلي ، ثم ضغوط الحصار ، كما اتضح من الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة والدرجة الكلية للضغوط لدى عينة الدراسة، وبينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة لصالح مرتفعي الصلابة لدى عينة الدراسة، ، وقد كشفت الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية(منخفض ـ مرتفع) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة .

وسعى ثابت وآخرون (2007م) في دراسة بعنوان : "تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة " إلى بحث أنواع وشدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة للهدم ، ومعرفة مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالصدمات، ومعرفة الصلادة النفسية في الأطفال وعلاقتها بالصدمة وكرب ما بعد الصدمة والمخاوف، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي ، وتم اختيار عينة مكونة من (45) طفلاً ومراهقاً من العائلات التي هدمت بيوتها في الفترة الأخيرة في منطقة رفح وبيت حانون ، وتم تطبيق الاختبارات التالية : اختبار الخبرات الصادمة ، مقياس كرب ما بعد الصدمة ، مقياس المخاوف ، مقياس الصلابة النفسية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية : بينت الدراسة أن متوسط التعرض للأحداث الصادمة عند الأطفال 9.4 حدث وبانحراف معياري 3.1 وقد تبين أن 15.6% يعانون بدرجة متوسطة ، في حين 20 ٪ يعانون بدرجة شديدة ، وأشارت الدراسة أن متوسط الصلابة النفسية 99.5 ، وتبين في الدراسة وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين تعرض الأطفال للأحداث الصادمة ودرجة الاضطرابات النفسية الناتجة ما بعد الصدمة، ولوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية .

وأجرى المفرجي والشهري(٢٠٠٨م) دراسة تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من الطلاب والطالبات، وتمثلت عينة الدراسة في طلاب وطالبات جامعة أم القرى، واستخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية ليونكن وبتز والذي طبقته لولوة حمادة وعبداللطيف على البيئة الكويتية، ومقياس الطمأنينة النفسية لابراهام ماسلو لقياس درجة السلامة النفسية للفرد، وقام بتعديله وإعداده على البيئة السعودية الدليم وآخرون، وتوصل الباحثان إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً سواء لدى الذكور أو الإناث أو العينة الكلية بين الصلابة النفسية والأمن النفسي، وعدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في

متوسطات درجات الصلابة النفسية في متغير الجنس، والعمر، والسنة الدراسية، والتخصص، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة، كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لمتغير الجنس، والعمر، وعدم وجود فروق تبعا لمتغير التخصص، والسنة الدراسية، كما تشير الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة.

وسعت دراسة عودة(٢٠١٠م) إلى التعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية، لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، والتعرف عما إذا كان هناك فروق في هذه المتغيرات تعزى إلى بعض المتغيرات الديمغرافية التالية: (النوع، مكان الإقامة، المستوى التعليمي للوالدين)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. وتكونت العينة الفعلية للدراسة من (600) طفلا وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، واستخدم الباحث استبانة الخبرة الصادمة، واستبانة أساليب التكيف مع الضغوط، واستبانة المساندة الاجتماعية، واستبانة الصلابة النفسية، وتوصل الباحث إلى أنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية، ودلت الدراسة على عدم وجود فروق في أساليب التكيف مع الضغوط والصلابة النفسية تعزى لمتغير مكان الإقامة، بينما وجد فروقًا في الخبرة الصادمة وكانت لصالح محافظتي خان يونس والشمال، وأن هناك فروقًا في المساندة الاجتماعية لصالح محافظة الوسطى.

وسعت حنان زيدان(٢٠١٠م) في دراسة بعنوان:"الصلابة النفسية وسمات الشخصية لمرتفعي ومنخفضي الإيثار من طلاب كلية التربية النوعية" للوصول إلى البيئة النفسية التي تميز ذوي الإيثار المرتفع عن زملائهم من ذوي الإيثار المنخفض، وقد اعتمدت الباحثة في جمع بيانات بحثها على مقياس التفضيل الشخصي(لإدواردز Edwards) ترجمة (جابر، ١٩٧٣م) ليحدد بدرجات كميه خمس عشرة سمة نفسية لكل فرد نصيب منها ، وقد استعانت الباحثة بمقياس للإيثار وآخر للتفضيل الشخصي وثالث عن الصلابة النفسية تم تطبيقها على عينة طلابية قوامها ١٢٠ طالبا، وقد حققت الدراسة أهدافها فتوصلت إلى البنية النفسية التي ميزت بين مرتفعي ومنخفضي الإيثار ، وأوضح اختبار " ت " وجود فروق دالة عند ٠,٠١ بين المجموعتين في اتجاه مرتفعي الإيثار لسمات الإنجاز. التواد . العطف . التحمل . الصلابة النفسية ، وفي اتجاه منخفضي الإيثار السمات الخضوع . الإستعراض . المعاضدة . التغيير . النظام . التامل الذاتي . لوم الذات . العدوان . الجنسية

الغيرية . كما ظهرت ارتباطات متباينة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية وبعض سمات الشخصية سواء لمرتفعي أو لمنخفضي الإيثار . فضلا عن ظهور تلك السمات في صفحة نفسية معبرة عن تلك العلاقات .

أما دراسة هناء أبوالعينين(٢٠١١م) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية للآباء وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأبناء، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) إبنا و (٢٦٠) أما و (٢٦٠) أبا، واستخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي من تأليف عماد مخيمر ومقياس الصلابة النفسية من إعدادها، وتوصلت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباطية درجات الصلابة النفسية للوالدين ودرجات الأمن النفسي للأبناء، ووجود فروق دالة إحصائيا في درجة الأمن النفسي عند الأبناء تبعا لمتغيرات نوع المدرسة، الذكور والإناث، وفروق دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية للوالدين تبعا لمتغيرات السن ، مستوى التعليم، العمل.

الدراسات التي تتعلق بالمساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى:

قامت جانيلين وبلانيي (1984م) بدراسة هدفت إلى معرفة دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد، تكونت العينة من ٨٣ طالبة من طالبات علم النفس وقد طبق عليهم مقياس هولمز ، ومقياس الصلابة النفسية لكوبازا ، واستبيان المساندة الاجتماعية لموس ، ومقياس بك للاكتئاب، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الصلابة النفسية تتفاعل مع المساندة الاجتماعية كي تخفف من حدة وقع الضغوط على الفرد كما ان المساندة الاجتماعية تقوي المصادر النفسية ، وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والأهمية ومن قدرته على التحدي مما يجعله أكثر نجاحا في مواجهة الضغوط كما أظهرت النتائج إلى وجود ارتباط موجب .

وسعى ليفكووت واخرون (Lefcourt el al, 1984) في دراستهم إلى معرفة أثر التفاعل بين المساندة الاجتماعية ومركز الضبط وأثرها على الضغوط النفسية ومعرفة مدي استفادة أصحاب الضبط الخارجي من المساندة الاجتماعية بنفس الدرجة التي يستفيد منها داخلو الضبط ومعرفة الفروق بين الجانبين في استفادتهم من المساندة الاجتماعية في خفض تأثير الضغوط النفسية تكونت عينة الدراسة من ٩٩ طالبا وطالبة بواقع ٥٨ طالبا ٤١ طالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن للضبط الداخلي اثر لتفاعل المساندة الاجتماعية مع أحداث الحياة على الحالة المزاجية العامة ، ولقد وجد أن أصحاب الضبط الداخلي بالإضافة إلى المساندة الاجتماعية يبدون أكثر مرونة في مواجهة الضغوط بمعني ان ذوى الضبط الداخلي الذين تتوفر لهم المساندة يكونون أكثر مقاومة بحدوث نتائج سيئة، بينما أولئك الذين لا تتوافر لهم المساندة الاجتماعية فأنهم يكونون أمام خطر الاضطرابات الانفعالية ، بينما لم يتحقق ذلك لذوي الضبط الخارجي .

وبحثت دراسة هولاهان و موس (1985م) المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، حيث تكونت عينة الدراسة من ٢٦٧ من الذكور الذين بلغ متوسط أعمارهم ٤٤ والإناث اللواتي بلغ متوسط أعمارهن ٤٣ ، وتم تطبيق استبيان هولمز وراهي للأحداث الضاغطة ومقياس موس للبيئة الأسرية ، مقياس لخصائص الشخصية ومقياس للأعراض السيكوسوماتية والاكتئاب وأشارت نتائج الدراسة أن الأسرة التي تتسم بالدفء والحنان والحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر والدعم والتشجيع أثناء التعرض للضغوط ، تجعل الفرد أكثر صلابة وفاعلية وقدرة على المواجهة وأقل اكتئابا، أن هناك فروقا بين الذكور والإناث ، فكان الرجال أكثر ثقة بالنفس وأكثر صلابة من النساء .

وهدفت دراسة كوهين روس (1987م) إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية كعامل وسيط في التخفيف من التأثير السلبي للضغوط الحياتية، وتكونت عينة الدراسة من ١٠٩ طلاباً منهم ٥٢ طالباً و٥٧ طالبة بمتوسط عمري قدرة ١٨.٢ سنة واستخدم مقياس أحداث الحياة الضاغطة الهولمز وراهي ، ومقياس إدراك المساندة الاجتماعية لسارسن وآخرين، وأظهرت النتائج أن المساندة دوراً ملطفا وواقياً من وقع أحداث الحياة الضاغطة ، وكذلك أظهرت التأثير الايجابي للمساندة الاجتماعية على الصحة النفسية .

وقام الشناوي وعبد الرحمن (١٩٩٤م) بدراسة هدفت إلى تقويم مدي إسهام بعض المتغيرات الشخصية لدي طلبة الجامعة في توافق هؤلاء الطلاب في حياتهم الجامعية، شملت عينة الدراسة ١١٥ طالبة من مختلف الأقسام والمستويات في مرحلة البكالوريوس في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، وطبق الباحثان المقاييس التالية : قائمة أيزنك للشخصية، قائمة المساندة الاجتماعية، قائمة التوافق الجامعة ، مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، وأظهرت الدراسة أن هناك ارتباطاً بين درجات العينة على استبانه المساندة وعلى بعد التوافق الاجتماعي فقط من مقياس التوافق للجامعة ، وان هناك ارتباطاً بين الرضا والتوافق الاجتماعي ، وان هناك ارتباط موجباً بين درجات الطلاب على استبانه المساندة ودرجاتهم على بعد الانبساطية في قائمة أيزينك للشخصية ، وان الذين لديهم درجات عالية في المساندة يشعرون بدرجات عالية في تقدير الذات وان الذين لديهم درجات عالية من الانبساطية يكون لديهم عدد كبير من الأفراد الذين يقدمون لهم المساندة ، وانه كلما ارتفعت الدرجات على البعد الذهني في قائمة أيزينك توقعنا انخفاض كمية المساندة الاجتماعية والرضا عنها.

وأظهرت دراسة الربيعة (١٩٩٧م) بعنوان : " الوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية لدي عينة من طلاب و طالبات الجامعة " العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية ، لدي عينة من طلاب و

طالبات الجامعة ، و التعرف على اثر الحالة الاجتماعية ، و مكان الإقامة في درجة الشعور بالوحدة النفسية ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالبا و طالبة من طلاب كلية التربية بجامعة الملك سعود بالرياض ، ومنهم (٣٢١) طالبا و (٢٧٩) طالبة ، و قد استخدم الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد خضر و الشناوي (١٩٨٨م) ، ومقياس المساندة الاجتماعية من إعداد السمادوني (١٩٩٧م)، وقد تبين من نتائج الدراسة ان هناك علاقة ارتباط سالبة مرتفعة بين الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية عند الفئتين من الذكور و الإناث ، وانه لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب المتزوجين وغير المتزوجين على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ، و كذلك بالنسبة للطالبات المتزوجات وغير المتزوجات ، و كذلك بالنسبة لمكان الاقامية .

وأجرى فايد(٢٠٠٥م) دراسة بعنوان :" ضغوط الحياة و الضبط المدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتية لدي عينة غير اكلينيكية"، حيث هدفت الدراسة الى تحديد ما اذا كان كل من ضغوط الحياة و الضبط المدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية تعمل كعوامل استهداف في نشاة الاعراض السيكوسوماتية،وقد طبق كل من استبيان احداث الحياة الضاغطة، ومقياس الضبط المدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية ،وقائم كورنل للاعراض السكوسوماتية ، على عينة غير اكلينيكية قوامها ٤١٦ ذكرا تراوحت اعمارهم بين ٢٥ ، ١٠ سنة، وأسفرت نتائج الدراسة عما يلي : توجد علاقة موجبة جوهرية بين العراض السيكوسوماتية و ضغوط الحياة، توجد علاقة سالبة جوهرية بين العراض السكوسوماتية، وكل من الضبط المدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية، تنبئ بشكل جوهري بكل من الضبط الكدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية و ضغوط الحياة بالعراض السيكوسوماتية، توجد فروق جوهرية بين منخفضي و مرتفعي الاعراض السيكوسوماتية.

وأجرت نجلاء عبدالمعبود(٢٠٠٥م) دراسة هدفت إلى معرفة تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة وتكونت عينة الدراسة من ٢٠ طالباً وطالبة من طلبة الجامعة الذين يقضون فترة العلاج في المستشفى واستخدم الباحث مجموعة من الأدوات وهي مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحثة، ومقياس المستوى الاقتصادي من إعداد عبد العزيز الشخص ١٩٩٥م، وتوصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين درجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث، كما لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية وكذلك درجاتهم على مقياس الضغوط النفسية تبعاً للمستوى الاقتصادي .

وقامت دراسة دياب (٢٠٠٦م) بالتعرف على دور المساندة الاجتماعية كأحد العوامل الواقية (متغير الوسيط) من الثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة ، و تحديد التأثير السلبي للأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للمراهقين ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٥٠) طالبا و طالبة من طلبة المرحلة الثانوية، وكانت الأدوات المستخدمة عبارة عن مقياس الصحة النفسية من اعداد (القريطي و الشخص)، ومقياس المساندة الاجتماعية من إعداد (شقير، ٢٠٠٢م) حيث تم تقنين الأداة عل البيئة الفلسطينية ، ومقياس الأحداث الضاغطة من إعداد (السرسي و عبد المقصود) حيث قام الباحث بتقنين الاداة ، ولقد اظهرت نتائج الدراسة تعرض المراهقين الفلسطينين لانماط متعددة من الاحداث الضاغطة (اسرية ، اقتصادية ، دراسية ، انفعالبة ، صحية ، شخصية)، وتمتع المراهقون الفلسطينيون بصحة نفسية جيدة ، المساندة الاجتماعية التي يلقاها المراهقون متوسطة، لا توجد فروق دالة احصائيا بين المراهقين ذوي الاسر الصغيرة و المتوسطة و الكبيرة في المساندة الاجتماعية، توجد علاقة طردية دالة احصائيا بين درجات الصحة النفسية للمراهقين ودرجات المساندة الاجتماعية، توجد فروق جوهرية ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات منخفضي حجم المساندة الاجتماعية ومتوسط درجات مرتفعي حجم المساندة الاجتماعية بالنسبة للصحة النفسية لدي المراهقين ، والفروق كانت لصالح مرتفعي حجم المساندة الاجتماعية .

وسعت أماني عبدالمقصود(٢٠٠٧م) في دراسة بعنوان:"أثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين" إلى تقصي العلاقة بين السلوكيات الوالدية المساندة كما يدركها الأبناء المراهقين من الجنسين، وأثر ذلك على الشعور بالرضا عن الحياة لديهم، كما تهدف الدراسة إلى اختبار أثر الفروق بين السلوكيات المساندة لكل من الآباء والأمهات كمؤشر للرضا عن الحياة لدى الأبناء . بالإضافة إلى الكشف عن الفروق لدى كل من الذكور والإناث في درجة الشعور بالرضا عن الحياة ، وأيضا درجة إدراكهم للمساندة الوالدية من قبل كل من الأب و الأم، وتوصلت إلى أنه توجد فروق دلالة بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها الأبناء (الذكور- الإناث)على مقياس المساندة الوالدية (الصورة الخاصة بالأب) ، ومتوسطات درجاتهم على مقياس المساندة الوالدية(الصورة الخاصة بالأم).

وتناول أبوطالب(٢٠١١م) "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان"، حيث تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب، مقسمة بالتساوي بين النازحين وغير النازحين، من المدارس الثانوية في الإدارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة جازان، واستخدام الباحث مقياسي المساندة الاجتماعية وقت الأزمات من إعداد الباحث، ومقياس الأمن النفسي من إعداد الدليم وآخرون، وأشارت النتائج إلى بلوغ مستوى أبعاد المساندة الاجتماعية أعلى من المتوسط، لدى

النازحين وغير النازحين، وكانت أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية شيوعا هو بعد المساندة من قبل الحكومة، ويليه بعد المساندة من قبل الأسرة، ثم بعد الشعور بالرضا عن المساندة الاجتماعية، وأخيرا بعد المساندة من قبل الأصدقاء والزملاء والجيران، كما بلغت نسبة الأمن النفسي لدى النازحين (٩٣٪)، ولدى غير النازحين (٩٨,٥٪)، كما أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة عكسية ذات دلالة احصائية بين درجات المساندة الاجتماعية (الأبعاد - الدرجة الكلية) والأمن النفسي لدى الطلاب النازحين والطلاب غير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان.

الدراسات التي تتعلق بالاكتئاب وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى:

أجرى دين وآخرون (Dean'et al,1990) دراسة هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الدور الوقائي للمساندة الاجتماعية من مصادر مختلفة على الاكتئاب وأجريت الدراسة على عينة قوامها ٩٩٧ من الجنسين الذكور والإناث (٥٠٪) لكل منهما ممن تراوحت أعمارهم بين ٥٨-٥٠ عام . وطبق الباحثون مقياس الأعراض الاكتئابية ومقياس المساندة الاجتماعية التعبيرية ومقياس أحداث الحياة وباستخدام معامل الانحدار المتعدد ، وأسفرت النتائج على أن أحداث الحياة تؤثر بشكل موجباً دالاً على زيادة الأعراض الاكتئابية ، بينما ارتبطت المساندة الاجتماعية المرتفعة بأعراض اكتئابية أقل .

كما تناول عبدالله(١٩٩٥م) في دراسة بعنوان : "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين" العلاقة بين المساندة الاجتماعية من حيث حجمها ودرجة الرضا عنها من جانب وكلاً من الاكتئاب واليأس من جانب آخر، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٨) فرداً (١٦٩ ذكراً - ١٥٩ أنثى) وعينة الطلاب تكونت من (٢٤٢) طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم ما بين ٢٥-١٩ سنة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التقدير الذاتي للاكتئاب ومقياس الشعور باليأس، وأسفرت النتائج عن انه كلما انخفض مستوى المساندة الاجتماعية من حيث حجمها ودرجة الرضا عنها كلما زاد الاكتئاب واليأس لدى الطلاب والعاملين عينة الدراسة والعكس صحيح، كما أسفرت الدراسة عن ثلاث نتائج أساسية تتناول الفروق بين أفراد العينة الكلية في المساندة الاجتماعية باختلاف الجنس ونوع الإقامة ، ونوع العمل ، وتأثير التفاعل المشترك بين هذه المتغيرات على المساندة الاجتماعية، كما أتضح أن العاملين أكثر في المساندة الاجتماعية من الطلاب ربما يعود ذلك إلى العمل الذي قد يؤدي إلى حالة من الاستقرار والمساندة الاقتصادية مقارنة بالطلاب الذين قد يشعرون بالخوف تجاه مستقبلهم المهني .

وهدفت دراسة حسب الله(١٩٩٦م) بعنوان : " إدراك التحكم والمساندة الاجتماعية في علاقتها بأعراض الاكتئاب لدي الأطفال " إلى التعرف على مدي تأثير العلاقات بين متغيرات القبول الرفض الامومي ، إدراك

التحكم ، والأعراض الاكتئابية بصفة دالة بالعمر ، الجنس ، او المستوي الاجتماعي الاقتصادي ، والتعرف على مدي إسهام متغير القبول – الرفض الامومي إسهاما مباشرا ودالا في الأعراض الاكتئابية لدى الأطفال ، او انه يرتبط جوهريا بالأعراض الاكتئابية لدى الأطفال أو أكثر من ذلك أن هذه العلاقة تتأثر بأهمية ، وتكونت عينة الدراسة من تلاميذ و تلميذات المرحلة الابتدائية و الإعدادية من مدارس مدينة الزقازيق وتراوحت أعمارهم بين٩ -١٥ ، وبلغ عددهم ٤٤٧ تلميذا وتلميذة منهم ٢٧٣ ذكور ، ١٧٤ إناث ، واستخدم الباحث مقياس الاكتئاب للأطفال من إعداد عبد الخالق ١٩٩١م ، و استبيان القبول / الرفض الوادي من إعداد رونالد .ب. رونر ترجمة سلامة ، ومقياس مركز التحكم من إعداد ناويكي و استريكلاند ترجمة موسى ١٩٨١م ، وتشير نتائج الدراسة إلى أن متغير إدراك التحكم بذاته لا يمثل إسهاما دالا ومباشرا في نمو الأعراض الاكتئابية لدي الأطفال، في حين أن القبول الرفض الامومي المدرك يمثل إسهاما مباشرا في نمو الأعراض الاكتئابية لدي الأطفال، بالإضافة إلى أن المتغيرات الديموجرافية الاجتماعية الاقتصادية (العمر – الجنس – المستوي الاجتماعي الاقتصادي) لا يمثل إسهام دال في العلاقة ما بين القبول – الرفض الامومي ونمو العارض لدي الأطفال .

وتناول مخيمر(١٩٩٧م) في دراسته بعنوان : " الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية – متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة و اعراض الاكتئاب لدي الشباب الجامعي" دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التخفيف من الاثر الناتج عن ضغوط الحياة و اعراض الاكتئاب لدي طلبة الجامعة ، اجريت الدراسة على عينة مكونة من (٧٥) ذكر و (٩٦) أنثي تتراوح اعمارهم بين ١٩ – ٢٤ عاما من الطلاب ، (الفرقتين الثالثة والرابعة) بكليات الاداب والعلوم و التربية في جامعة الزقازيق ، واستخدم الباحث استبيان الصلابة النفسية من اعداده ، ومقياس الامداد بالعلاقة الاجتماعية ، و مقياس بيك للاكتئاب ، كما استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون ، ومعامل الارتباط البسيط و الجزئي ، و اختبار " ت " ، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي ، وتوصلت الدراسة الى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الذكور و الإناث في الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية و الضغوط و الاكتئاب ، لصالح الذكور في الصلابة النفسية ، وإدراك الضغوط لصالح الإناث في المساندة الاجتماعية ، وعدم وجود فروق بين الجنسين في الاكتئاب ، كما أشارت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه طردية بين أحداث الحياة الضاغطة و بين الاكتئاب لدي كل من الذكور و الإناث .

وهدفت دراسة آسيا بركات(٢٠٠٠م) إلى معرفة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكتئاب لدى بعض المراهقين والمراهقات المراجعين لمستشفى الصحة النفسية بالطائف. تكونت عينة الدارسة من ١٣٥ حالة

من المراهقين المراجعين للعيادة النفسية في مستشفى الصحة النفسية بالطائف المشخصين كحالات اكتئاب ٧٤ أنثى و ٦١ ذكر تراوحت أعمارهم بين ١٢ – ٢٤ سنة واستخدم مقياس أساليب المعاملة الوالدية ومقياس الاكتئاب. وكشفت الدارسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الأسلوب العقابي للأب والاكتئاب عند المراهقين الذكور وبين أسلوب سحب الحب للأب والاكتئاب لدى المراهقين، ووجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أسلوب التوجيه الإرشاد للأب والاكتئاب لدى عينة المراهقات ولم توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أساليب معاملة الأم والاكتئاب لديهن، مع وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الأسلوب العقابي للأب والاكتئاب لدى العينة الكلية، كما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين أسلوب الإرشاد والتوجيه للأب والاكتئاب لدى العينة الكلية ولم توجد فروق دالة احصائيا بين المراهقين والمراهقات في الاكتئاب.

وأشارت دراسة المشعان(٢٠٠٥م) بعنوان "المساندة الاجتماعية و علاقتها بالعصبية و الاكتئاب و العدوانية لدي المتعاطين و الطلبة في دولة الكويت" الى التعرف على الفرق بين الطلبة والمتعاطين في المساندة الاجتماعية وسمات الشخصية، والارتباطات المحتملة بين متغيرات البحث المختلفة لدي عينات المتعاطين و الطلبة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢١٧) بواقع (٥٥٣ من الطلبة و ١٦٩ من الطالبات ، ٣٦٨ من المتعاطين) كما استخدم الباحث قائمة بيك للاكتئاب اعداد و تعريب عبد الخالق (١٩٩١م)، ومقياس العصابية من اعداد وتعريف عبد الخالق (١٩٩١م)، و مقياس المساندة الاجتماعية اعداد و ترجمة الشناوي وعبدالرحمن (١٩٩٤م) و مقياس العدوانية اعداد صفوت فرج، و قد توصلت الدراسة الى عدة نتائج كان من اهماها وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتعاطين و غير المتعاطين في سمات الشخصية و المساندة الاجتماعية ، وكانت الفروق لصالح المتعاطين.

وفي دراسة عراقي(٢٠٠٨م) بعنوان "التعلق الوالدي المدرك وعلاقته بجودة الصداقة" وهدفت إلى معرفة تأثير جودة الصداقة في مرحلة المراهقة كوسيط بين التعلق الوالدي والتوافق النفسي، أي هل نوعية علاقات الصداقة في المراهقة ترتبط إيجابيا بالتوافق وتقدير الذات وسلبيا بالاكتئاب، أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين خبرات نماذج التعلق الوالدي المركة وكلا من جودة الصداقة والاكتئاب، وأن التعلق الوالدي الآمن المدرك لدى المراهقين من طلاب الجامعة ارتبط بجودة الصداقة، وأن التعلق الوالدي غير الآمن المدرك لدى المراهقين ارتبط بظهور أعراض الاكتئاب لدى طلاب الجامعة.

وكشف العاسمي(٢٠٠٩م) في دراسته إلى تعرف الفروق بين لطلبة الجامعيين القاطنين في الريف وأقرانهم القاطنين في المدن في درجة الشعور بالوحدة النفسية وكل من العزلة الاجتماعية والاكتئاب

والمساندة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٨٦) طالبا وطالبة من جامعة دمشق تراوحت أعمارهم بين(١٩ -٢٤) سنة، واستخدم الباحث مقياس الوحدة النفسية ومقياس الاكتئاب ومقياس العزلة الاجتماعية ومقياس المساندة الاجتماعية، كشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلاب الريف وأقرانهم من طلاب المدينة في كل من الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب والعزلة الاجتماعية لصالح طلبة الريف، وكذلك وجود فروق ذات دلالة لصالح الإناث مقارنة بالذكور، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من الاكتئاب والعزلة، بينما أظهرت النتائج علاقة ارتباطية يسالبة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية، كما أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الجامعيين الذين يعانن الوحدة النفسية وأقرانهم الذين لا يعانون هذا الشعور في كل من الاكتئاب والعزلة وضعف المساندة الاجتماعية لصالح الطلبة الذين يعانون.

وتوصلت نبيلة الشوربجي(٢٠١٠م) في دراستها بعنوان "إساءة معاملة أطفال الشوارع وعلاقتها بالاكتئاب" التي استهدفت عينة قوامها ٤٦ طفلا من أطفال الشوارع بالفيوم، واستخدم مقياس اساءة اطفال الشوارع من إعداد الباحثة، ومقياس الاكتئاب المعدل لغريب عبدالفتاح، توصلت إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين إساءة معاملة أطفال الشوارع من الجنسين وبين الاكتئاب، ووجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين على أبعاد الإساءة لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين على أبعاد الاكتئاب لصالح الذكور.

الدراسات التي تتعلق بالكوارث الطبيعية:

يعرض الباحث بعض الدراسات التي تناولت بعض الأزمات أو الكوارث إذ لم يتمكن على حد علمه من الحصول على دراسات تتعلق بالسيول تحديداً:

بينت دراسة الديب والجبري(١٩٩٣م) أن ثمة آثار سلبية لإحدى الكوارث (الزلزال) الذي حدث في مصر ، وأشارت النتائج أن تلاميذ المرحلة الإبتدائية أكثر تأثيرا سلبيا من تلاميذ المرحلة الثانوية ، وكذا كانت الإناث أكثر تأثيرا سلبيا من الذكور ، كما كان تلاميذ المرحلة الثانوية أكثر تأثيرا إيجابيا من تلاميذ المرحلة الإبتدائية والإعدادية ، وفي نفس الوقت كان تلاميذ المرحلة الإعدادية أكثر تأثيرا ايجابيا من تلاميذ المرحلة الإبتدائية .

وقام سليم والديب (١٩٩٥م) بدراسة بعنوان التأثيرات النفسية – الاجتماعية لكارثة السيول لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية والثانوية من الجنسين ببعض محافظات الوجه القبلي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٩٤١) طالبا وطالبة من المتضررين وغير المتضررين للسيول في المرحلتين الإعدادية والثانوية، وأعد

الباحثان مقياسا عن الآثار النفسية والاجتماعية لكارثة السيول، وأشارت النتائج أن المتعرضين لكارثة السيول أكثر خوفا وقلقا واكتئاب وأقل توافقا دراسيا من الذين لم يتعرضوا للكارثة، كما أن المتعرضين للسيول كانوا أكثر تماسكا أسريا وتآلفا مع الآخرين من غير المتعرضين للسيول.

وأجرى شوماخر (Schumacher ,1996) دراسة عن اكتشاف الآثار الممتدة لكارثة اعصار "أندرو " بأمريكا (ولاية فلوريدا)، وبلغت العينة (١٧٤) من تلاميذ الإبتدائية. واستخدم الباحث مقياس التقرير الذاتي إعداد (فريدريك، ١٩٨٥) لتحديد أعراض الإضطرابات المصاحبة للصدمة. وأظهرت النتائج آثارا للتعرض للكارثة تستمر مدة طويلة، وأن بعض الأعراض لا تظهر كرد فعل مباشر للكارثة ولكن بعد مرور زمن من حدوث الصدمة.

وقام وانج (Wang, 1999) بدراسة عن التعرف على الآثار النفسية للتعرض لكارثة زلزال (هيب) بالصين، وتكونت العينة من مجموعتين (الأولى) تضم (٩٧) من الإناث و (٨٤) من الذكور . والمجموعة الثانية (٥٠) من الذكور و (٤٦) من الإناث . واستخدمت الدراسة عدة مقاييس حسب الدليل التشخيصي الرابع وذلك بعد مرور (٣) شهور من وقوع الزلزال . وأشارت النتائج إلى ظهور الأعراض الحادة بنسبة (١٢٪) والأعراض المتأخرة بنسبة (١١٪). وبالنسبة للمجموعة الثانية ظهرت الأعراض الحادة بنسبة (١٫٨٪) والأعراض المتأخرة بنسبة (٨٫٥٪) . وأظهرت النتائج الإصابة بأعراض الإكتئاب والقلق إلى جانب أعراض أخرى .

وقارن سافرين و برافى (Savrin & Bravi, 2000) بين عينتين الأولى تعرضت لخبرة الزلزال والأخرى لم تتعرض وذلك في دراسة عن: سيكولوجية ضحايا زلزال (مارشي) بإيطاليا عام ١٩٩٧ بغرض توضيح العلاقة بين خبرة التعرض للزلزال وظهور زملة الإضطرابات النفسية المصاحبة للصدمة، وتكونت العينة من مجموعة تجريبية (٦٠) فردا (ذكور وإناث) ممن تعرضوا لخبرة التعرض للزلزال، ومجموعة ضابطة من (٦٠) فردا لم يتعرضوا للزلزال، واستخدم اختبار مختصر للإضطرابات المرضية ، ومقياس زملة أعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة ، ومؤشر حساسية القلق، وأظهرت النتائج أن (٢٨٪) من العينة التي عاشت الزلزال يعانون زملة أعراض عصاب مابعد الصدمة، كما حقق أفراد العينة المصابين باضطراب مابعد الصدمة درجات عالية في الحساسية للقلق، والإكتئاب مقارنة بالعينة الضابطة.

كما قام يول (Yule, 2000) بدراسة عن معرفة الآثار النفسية والتطور الذي طرأ على المصابين باضطراب الضغوط التالية للصدمة مع الزمن، وذلك على المراهقين الناجين من غرق السفينة (جوبتير)، وتكونت العينة من (٢٤) من الناجين من الكارثة (مجموعة تجريبية)، مع (٣٠) كعينة ضابطة، وتم استخدام مقياس كلينيكي لإضطراب مابعد الصدمة، ومقياس القلق الظاهر، وأظهرت النتائج أن ثلث المجموعة

التجريبية تطورت لديهم أعراض الإضطراب التالي للصدمة ، كما توصلت الدراسة إلى شفاء ثلث الناجين بعد نحو عام ، وأظهرت النتائج تميز مجموعة الناجين بوضوح عن المجموعة الضابطة في المقاييس الثلاثة .

وأجرت فاطمة منذر (٢٠٠٠م) دراسة عن الحروب واضطراب السلوك وكيفية التعامل مع الأزمات . وشملت الدراسة مجموعتين الأولى (١٢٨٩) طالبا وطالبة تراوحت اعمارهم بين (٨ . ١٥) سنة ، والثانية (١٠٠) طالب وطالبة ، وتراوحت أعمارهم بين (٨ . ١١) سنة ، واستخدمت الباحثة مقياس اضطراب رد الفعل الإجهادي لما بعد الصدمة إعداد دافيدسون ، وقائمة التعامل مع الأزمات للأطفال إعداد رايان (١٩٩٠)، وأسفرت عن استخلاص ثلاثة عوامل ، الأول أعراض الإستثارة الفسيولوجية، والثاني أعراض إعادة تذكر الحدث المؤلم ، والثالث اعراض تجنب تذكر الحدث، كما ظهر ان الإناث أعلى من الذكور في كل من الأفكار والصور الذهنية المؤلمة وتكرار معايشة الحدث والإنزعاج من كل مايذكر بالأزمة ، وسرعة الفزع ، والآلام الجسدية وجميعها بدلالة (٠,٠٠١) ، كما كان الأطفال الذين عاشوا أحداث الأزمة أعلى من الذين عاشو خارجها في إعادة خبرة الحدث وفي تجنب تذكره ، واستثارة متزايدة . ولم توجد فروق دالة بين الأطفال في مؤشر التعامل مع الأزمات ، ومدى الإستفادة من مؤشر التعامل مع الأزمات وذلك حسب الجنس واماكن توجد الأطفال .

وبينت دراسة الشربيني(٢٠٠٢م) التوافق النفسي لدى المتضررين من الزلزال مع برنامج إرشادي وقائي لتقليل الآثار المترتبة على الزلزال ،والهدف من هذه الدراسة معرفة مستوى التوافق النفسي لدى المتضررين من الزلزال ومدى فاعلية برنامج إرشادى وقائي لتقليل الآثار المترتبة على الزلزال، وتتكون عينة الدراسة من مجموعتين ، تتكون الأولى من ٩٦ طالباً وطالبة من المتضررين من الزلزال ، وتتكون الثانية من ٩٦ طالباً وطالبة من غير المتضررين من الزلزال، وتشتمل أدوات الدراسة على برنامج إرشادى وقائى لتقليل الآثار المترتبة على الزلزال، ومقياس سلوكيات التعامل مع أخطار الزلزال ، واختبار الشخصية للمرحلتين الإعدادية والثانوية، وأشارت النتائج إلى أهمية البرنامج الإرشادى الوقائي لتقليل الآثار النفسية المترتبة على الزلزال ، وكيفية مواجهة الكوارث ، ومعرفة أفضل رد فعل لتقليل آثارها .

وأجرى عبدالرحمن(٢٠٠٣م) دراسة تبين أثر برنامج إرشادي في التغلب على الإضطرابات السلوكية الناجمة عن التعرض لكارثة السيول لدى طلاب المرحلة الثانوية . وتم تطبيق بعض أدوات القياس على عدد (١٦٤) من طلاب الصف الثاني الثانوي الذين مروا بخبرة الكارثة (كارثة السيول بدرنكة . أسيوط ١٩٩٤)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة ، واستخدم الباحث استبيانا مختصرا للكارثة لبيان مدى تأثير الصدمة على الفرد جسديا ومعنويا واجتماعيا ، ومقياس التقرير الذاتي لآثار ما بعد الصدمة ، واستمارة المستوى الإجتماعي والإقتصادي للأسرة ، مع البرنامج الإرشادي من إعداد الباحث . وتوصلت النتائج إلى ظهور

الأعراض المزمنة والمتأخرة لدى الناجين من الكارثة ، كما اظهرت فاعلية البرنامج الإرشادي في تخفيف هذه الأعراض.

هدفت دراسة محمود(٢٠٠٨م) إلى بحث الاضطرابات المصاحبة للصدمة لدى عينة من ضحايا العبارة ٩٨ وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب وبعض المتغيرات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين: الأولى من الضحايا وعددها ٤٤ والثانية من غير الضحايا بنفس العدد، وتم استخدام مقياس تايلور لقلق الصريح، ومقياس بيك للاكتئاب واختبار ايزينك للشخصية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة في أعراض القلق والاكتئاب، ووجود فروق بين عينة الضحايا الذكور والاناث في القلق لصالح الاناث، وفي الاكتئاب ومتغير الذهانية لصالح الذكور، ووجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الاكتئاب ومتغير الذهانية وسلبية مع متغير الانبساطية.

التعقيب على الدراسات التي تتعلق بالصلابة النفسية:

أولا: من حيث الأهداف:

بعد اطلاع الباحث على الدراسات السابقة لاحظ تنوّع الباحثين في أهدافهم التي حددوهافي دراساتهم عن الصلابة النفسية حيث أن بعضهم حاول التعرف على مستوى الصلابة النفسية كما في دراسة كل من(أبو ندى،٢٠٠٧م)،(عودة، ٢٠١٠م)، وهدفت بعض الدراسات إلى معرفة تأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي على الصلابة النفسية والصحة (William,1992).

كما هدفت دراسات أخرى إلى البحث في علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات (السلوكية، النفسية،الاجتماعية، الصحة النفسية، الضغوط الحياتية، مهارات المواجهة، الصدمات والشعور بالكرب، استخدام الكحول، الناهك النفسي، الرغبة في التحكم، الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية، الخبرة الصادمة وأساليب التكيف) كما جاء في (Kobaza,1979 , William,1992 , Klear,1996)، (Cozzi,1991)، (دخان،الحجار،٢٠٠٥م؛

أبوندى،٢٠٠٧م)،(ثابت،٢٠٠٧م)،(حمادة،عبداللطيف،٢٠٠٢م)،(عودة،٢٠١٠م). في حين حاول بعضهم التعرف على دور الصلابة النفسية في التخفيف من أثر الأحداث الضاغطة كما عند(Smith, 1989 ; Wiebe, 1991)، (مخيمر،١٩٩٧م).

ثانيا: من حيث العينة:

اختلفت عينات الدراسات السابقة تبعا لاختلاف أهداف تلك الدراسات، ووفقا ولتوافر العينات، فقد طبقت عدد من الدراسات على عينة طلاب وطالبات الجامعات كما في دراسة

(Hull,1987 ; Cozzi, 1991 ; Wiebe, 1991 ; William, 1992)، (الرفاعي، ٢٠٠٣ م، دخان، الحجار، ٢٠٠٥م؛ أبوندى، ٢٠٠٧م؛ مخيمر، ١٩٩٧م) ، وطبقت بعض الدراسات على طلبة المدارس (Smith 1989 ؛ حمادة وعبداللطيف، ٢٠٠٢م ؛ ثابت، ٢٠٠٧م)، وطبق كل من (Collinz, 1992) على الشباب المراهقين والخريجين.

ثالثاً: من حيث الأدوات:

أجمع الباحثون على استخدام مقياس الصلابة النفسية مع اختلافهم في إعداد المقياس، وأهم ثلاثة مقاييس استخدمتها الدراسات السابقة هي: مقياس مخيمر (١٩٩٧) كما عند (دخان، الحجار، ٢٠٠٥م، أبوندى، ٢٠٠٧م)، مقياس مادي وكوبازا ١٩٨٤ ، كما عند (الرفاعي، ٢٠٠٣م)، مقياس ليونكن وبيتز ١٩٩٦م كما في دراسة (حمادة، عبداللطيف، ٢٠٠٢م).

رابعاً: من حيث النتائج:

توصلت نتائج الدراسات حول الصلابة النفسية إلى عد كبير من النتائج كان منها أن مستوى الصلابة النفسية يتأثر بمتغيرات أخرى، مثل الضغوط النفسية، وأن هناك علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية والضغوط كما في دراسة (دخان، الحجار ، ٢٠٠٥م؛ أبوندى، ٢٠٠٧م)، كما توصلت دراسة حمادة، عبداللطيف،٢٠٠٢م) إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم، كم أظهرت بعض الدراسات وجود علاقة بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات النفسية (استخدام الكحول، الناهك النفسي، كرب ما بعد الصدمة، الالتزام الديني، المساندة الاجتماعية، الخبرة الصادمة) وذلك في دراسات (الرفاعي،٢٠٠٣م؛ ثابت،٢٠٠٧م؛ عودة،٢٠١٠م).

وجد في بعض الدراسات أن الصلابة النفسية تعمل على التنبؤ ببعض الاضطرابات مثل الانحرافات السلوكية، الكرب النفسي، الضغوط كما عند (Collinz, 1992)، وأظهرت بعض الدراسات أن أفرادها يتمتعون بمستوى عال من الصلابة النفسية كما في دراسة(ثابت،٢٠٠٧م).

التعقيب على الدراسات التي تتعلق بالمساندة الاجتماعية:

أولا: من حيث الأهداف:

بعد اطلاع الباحث على الدراسات السابقة لاحظ تنوّع الباحثين في أهدافهم التي حددوها في دراساتهم عن المساندة الاجتماعية فالعديد منها ركزت على علاقتها بالضغوط النفسية كما في دراسة مثل دراسة (عبدالرازق،١٩٩٨م؛ دياب،٢٠٠٦م)، وبعض الدراسات ركزت على الدور الذي تقوم به المساندة في التخفيف من

الأحداث الصادمة كما في دراسة (فايد،٢٠٠٥م)، كما هدفت عدة دراسات إلى التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية والجسمية مثل (عبدالمعبود،٢٠٠٥م).

ثانيا: من حيث العينة:

اختلفت عينات الدراسات السابقة تبعا لاختلاف أهداف تلك الدراسات، ووفقا ولتوافر العينات، فقد طبقت عدد من الدراسات على طلبة الجامعات كم في دراسات كل من (Ganellen , Blaney,1984؛ الشناوي، عبدالرحمن،١٩٩٤م)، ودراستي (Ross,1987؛ دياب،٢٠٠٦م) على الأطفال المراهقين، أما (عبدالرازق،١٩٩٨م) فقد أجريت على المتزوجين من الجنسين، وأما دراسة كوبازا وبوستي (Kobaza & Puccetti,1983) فقد أجريت على عينة من الموظفين.

ثالثاً: من حيث الأدوات:

استخدم الباحثون مقياس المساندة الاجتماعية في دراساتهم ولكنهم اختلفوا في إعداده، فمنهم من كان المقياس من إعدادهم مثل دراسات (الشناوي، عبدالرحمن،١٩٩٤م؛ مخيمر،١٩٩٧م؛ عبدالرازق، ١٩٩٨م؛ أبوطالب،٢٠١١م)، واستخدم كل من (Ross,1987؛ دسوقي،١٩٩٦م) مقياس سارسون وآخرون، ومنهم من استخدم أدوات باحثين آخرين ومن تقنينهم كما في دراسات (الربيعة،١٩٩٧م).

رابعاً: من حيث النتائج:

تباينت نتائج الدراسات السابقة التي تتعلق بالمساندة الاجتماعية وذلك لاختلاف أهدافها وعيناتها، حيث توصلت بعض النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية، كما في دراسة (عبدالمعبود،٢٠٠٥م)، وأجمعت كثير من الدراسات على أن المساندة الاجتماعية تعمل على التخفيف من وقع الأحداث الصادمة كما في دراسة (مخيمر،١٩٩٧م؛ عبدالرازق،١٩٩٨م)، وأظهرت دراسة(دياب،٢٠٠٦م) علاقة عكسية بين درجات الخبرات الصادمة والمساندة الاجتماعية، وأظهرت بعض الدراسات أن المساندة الاجتماعية تعمل على خفض الأعراض الاكتئابية كما في دراسة (Kobaza & Puccetti,1983) ، كما أظهرت بعض الدراسات أن الذكور الذين لديهم مساندة اجتماعية أكثر صلابة من الإناث، وأظهرت دراسة (مخيمر،١٩٩٧م) أن الإناث أكثر طلبا للمساندة.

التعقيب على الدراسات التي تتعلق بالاكتئاب:

أولا: من حيث الأهداف:

بعد اطلاع الباحث على الدراسات السابقة لاحظ تنوّع الباحثين في أهدافهم التي حددوها في دراساتهم عن الاكتئاب، فبعض الدراسات بحثت عن علاقة الاكتئاب ببعض المتغيرات الأخرى، ففي دراسة كل من

(Dean,er al,1990؛ عبدالله،١٩٩٥م؛ حسب الله،١٩٩٦م) بحثوا عن علاقة الاكتئاب بالمساندة الاجتماعية، أما (مخيمر،١٩٩٧م) فقد أضاف إلى متغير المساندة الاجتماعية الصلابة النفسية لبحث علاقتهما كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب، أما (الشوربجي،٢٠١٠م) فقد درست الاكتئاب لدى أطفال الشوارع، وسعت دراسة (محمود،٢٠٠٨م) إلى بحث الاضطرابات المصاحبة للصدمة لدى عينة من ضحايا العبارة ٩٨ وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب وبعض المتغيرات الشخصية.

ثانيا: من حيث العينة:

اختلفت عينات الدراسات السابقة تبعا لاختلاف أهداف تلك الدراسات، ووفقا ولتوافر العينات، فقد طبقت مجموعة من الدراسات على عينة الجنسين كما عند (Dean,er al,1990؛ عبدالله،١٩٩٥م)، وطبقت مجموعة من الدراسات على الطلبة كما عند(مخيمر،١٩٩٧م؛ المشعان،٢٠٠٥م؛ العاسمي،٢٠٠٩م)، وطبقت دراسات على عينة المراهقين والمراهقات كما عند (بركات،٢٠٠٠م؛ عراقي،٢٠٠٨م)،أما دراسة (حسب الله،١٩٩٦م؛ الشوربجي،٢٠١٠م) فقد طبقة على عينة الأطفال.

ثالثاً: من حيث الأدوات:

استخدم الباحثون مقياس الاكتئاب في دراساتهم مع اختلافهم في إعداده، فمنهم من استخدم مقياس بيك للاكتئاب تعريب عبدالفتاح ١٩٨٥م كما في دراسة (الشوربجي،٢٠١٠م)، واستخدم (المشعان،٢٠٠٥م؛ حسب الله،١٩٩٦م) مقياس بيك للاكتئاب تعريب عبدالخالق ١٩٩١م، واستخدم (مخيمر،١٩٩٧م) مقياس بيك للاكتئاب، أما دراسة (بركات،٢٠٠٠م) فاستخدمت مقياس مستشفى الصحة النفسية بالطائف للاكتئاب من إعداد الدليم وآخرون ١٩٩٣م.

رابعاً: من حيث النتائج:

تباينت نتائج الدراسات السابقة التي تتعلق بالاكتئاب وذلك لاختلاف أهدافها وعيناتها، حيث توصلت بعض النتائج إلى أن ازدياد الأعراض الاكتئابة مرتبط بانخفاض مستوى المساندة الاجتماعية من حيث حجمها ودرجة الرضا عنها كما عند (Dean,er al,1990؛ عبدالله،١٩٩٥م)، وأما (مخيمر،١٩٩٧م) فقد أشار إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الاكتئاب، واتفق (مخيمر،١٩٩٧م) مع (Dean,er al,1990) على وجود علاقة ارتباطية طردية بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب، ووجدت دراسة (الشوربجي،٢٠١٠م) وجود فروق في الاكتئاب بين الجنسين.

التعقيب على الدراسات التي تتعلق بالكوارث الطبيعية:

أولا: من حيث الأهداف:

بعد اطلاع الباحث على الدراسات السابقة لاحظ تنوّع الباحثين في أهدافهم التي حددوها في دراساتهم عن الكوارث الطبيعية حيث أن بعضهم حاول التعرف التأثيرات النفسية والاجتماعية للسيول لدى طلاب المرحلة الاعدادية والثانوية المتضررين والمتضررات كما في دراسة (سليم، الديب، ١٩٩٥م) ؛ (عبدالرحمن،٢٠٠٣م) ؛ (Schumacher, 1996)؛ (Yule,2000)، كما هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على الآثار السلبية للزلازل على تلاميذ المرحلة الابتدائية ومقارنتها بالآثار السلبية لطلاب المرحلة الثانوية كما في دراسة (الديب، الجبري، ١٩٩٣م) ؛ (الشربيني،٢٠٠٢م) ؛ (Wang,1999) ؛ (Savrin & Bravi,2000) ، بينما انفردت دراسة (منذر،٢٠٠٠م) بدراسة اضطرابات السلوك الناجمة عن الحروب وكيفية التعامل معها، وركزت دراستا (عبدالرحمن،٢٠٠٣م) ؛ (الشربيني،٢٠٠٢م) على أثر البرامج الإرشادية في التقليل من الآثار النفسية المترتبة على الكوارث، وهدفت دراسة (محمود،٢٠٠٨م) إلى التعرف على الصدمات المصاحبة لضحايا عبارة السلام.

ثانيا: من حيث العينة:

اختلفت عينات الدراسات السابقة تبعا لاختلاف أهداف تلك الدراسات، ووفقا ولتوافر العينات، فقد طبقت عدد من الدراسات على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ومقارنتها بطلاب المرحلة الثانوية كما في دراسة (الديب، الجبري، ١٩٩٣م) ؛ (سليم، الديب، ١٩٩٥م)، وطبقت دراسة (Schumacher, 1996)؛ (منذر،٢٠٠٠م) على تلاميذ المرحلة الابتدائية، أما دراسة (Wang,1999) فطبقت على عينة من الذكور والإناث، وطبقت بعض الدراسات على الناجين من الغرق كما في دراسة (Yule,2000)، وطبقت دراسة (عبدالرحمن،٢٠٠٣م) على طلاب المرحلة الثانوية، وطبقت دراسة (محمود،٢٠٠٨م) على ضحايا عبارة السلام.

ثالثاً: من حيث الأدوات:

تنوعت الأدوات حسب متغيرات وأهداف الدراسة ففي دراسة (سليم، الديب، ١٩٩٥م) أعد الباحثان مقياسا عن الآثار النفسية والاجتماعية لكارثة السيول ، واستخدم (Schumacher ,1996) مقياس التقرير الذاتي إعداد فريدريك ١٩٨٥م لتحديد أعراض الإضطرابات المصاحبة للصدمة، واستخدمت دراسة (Wang, 1999) عدة مقاييس حسب الدليل التشخيصي الرابع وذلك بعد مرور (٣) شهور من وقوع الزلزال، واستخدم (Savrin & Bravi, 2000) اختبار مختصر للإضطرابات المرضية ، ومقياس زملة

أعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة ، ومؤشر حساسية القلق، واستخدمت (منذر ، ٢٠٠٠م) مقياس اضطراب رد الفعل الإجهادي لما بعد الصدمة إعداد دافيدسون ، وقائمة التعامل مع الأزمات للأطفال إعداد رايان ١٩٩٠م.

رابعاً: من حيث النتائج:

توصلت نتائج الدراسات حول الكوارث الطبيعية وآثارها إلى عد كبير من النتائج كان منها ما بينته دراسة (الديب، الجبري، ١٩٩٣م) أن ثمة آثار سلبية لإحدى الكوارث (الزلازل) وأن تلاميذ المرحلة الإبتدائية أكثر تأثيرا سلبيا من تلاميذ المرحلة الثانوية ، وكذا كانت الإناث أكثر تأثيرا سلبيا من الذكور ، كما كان تلاميذ المرحلة الثانوية أكثر تأثيرا إيجابيا من تلاميذ المرحلة الإبتدائية والإعدادية ، وفي نفس الوقت كان تلاميذ المرحلة الإعدادية أكثر تأثيرا ايجابيا من تلاميذ المرحلة الإبتدائية، وفي دراسة (سليم، الديب، ١٩٩٥م) أشارت النتائج أن المتعرضين لكارثة السيول أكثر خوفا وقلقا واكتئاب وأقل توافقا دراسيا من الذين لم يتعرضوا للكارثة، كما أن المتعرضين للسيول كانوا أكثر تماسكا أسريا وتآلفا مع الآخرين من غير المتعرضين للسيول، وأشارت دراستا (Wang,1999 ؛ Schumacher,1996) إلى أن هناك آثارا ناتجة عن التعرض للكارثة تستمر مدة طويلة كأعراض الإكتئاب والقلق إلى جانب أعراض أخرى، وفي دراستي (عبدالرحمن،٢٠٠٣م ؛ الشربيني،٢٠٠٢م) أشارت النتائج إلى أهمية البرنامج الإرشادى الوقائي لتقليل الآثار النفسية المترتبة على الزلزال ، وكيفية مواجهة الكوارث.

ثالثا: تساؤلات وفروض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة تساؤلات وفروض الدراسة على النحو التالي:

التساؤل الأول:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

التساؤل الثاني:

ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

التساؤل الثالث:

ما مستوى الاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

الفرض الأول:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الصلابة النفسية وبين درجاتهم في المساندة الاجتماعية.

الفرض الثاني:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الصلابة النفسية وبين درجاتهم في الاكتئاب.

الفرض الثالث:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في المساندة الاجتماعية وبين درجاتهم في الاكتئاب.

الفرض الرابع:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر – غير متضرر).

الفرض الخامس:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

الفرض السادس:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر – غير متضرر).

الفرض السابع:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

الفرض الثامن:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الاكتئاب ترجع لحالة الطالب(متضرر – غير متضرر).

الفرض التاسع:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

الفرض العاشر:

لا يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة.

مجتمع الدراسة.

عينة الدراسة.

أدوات الدراسة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة.

تمهيد:

يتناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة، من حيث منهج الدراسة الذي استخدمه الباحث، وتحديد مجتمع الدراسة، وعينته، وأهم خصائصها، في ضوء المتغيرات المحددة لها، كما يوضح مقاييس الدراسة المستخدمة، والإجراءات المتبعة في التأكيد من صدقها وثباتها، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة البيانات، وهي على النحو التالي:

أولا: منهج الدراسة:

وفقاً لطبيعة الدراسة الحالية، ومشكلة الدراسة، وتساؤلاتها، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، والمنهج الوصفي المقارن، حيث تمت الإجابة على أسئلة الدراسة من خلال استخدام الإحصاء الوصفي المتمثل في استخراج المتوسّطات احسابية، والانحرافات المعيارية لمعرفة مستوى الصلابة النفسية، والمسانة الاجتماعية، والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، وذلك من خلال الاستجابات التي تم تفريغها من أداة الدراسة.

كما تم استخدام المنهج الارتباطي المقارن وذلك من خلال استخدام الإحصاء التحليلي المتمثل في التعرف على فروق بعض المتغيرات الشخصية والديمغرافية، كذلك التوصل والكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة الدراسة من طلاب المرجلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، فالمنهج الوصفي يتناسب مع أهداف وفروض الدراسة الحالية.

ثانيا: مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب المرحلة الثانوية بالصفين الثاني والثالث الثانوي المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، والذين يدرسون في المدارس الحكومية الثانوية للبنين التابعة للإدارة العامة للتربية والتعليم بمحافظة جدة، والبالغ عددهم (٢١٠٠٠) طالباً، موزعين في (٩٠) مدرسة، وذلك طبقا للإحصائية الرسمية لإدارة تقنية المعلومات قسم الإحصاء الإلكتروني في الإدارة العامة للتربية والتعليم بمحافظة جدة، للعام الدراسي ١٤٣١هـ - ١٤٣٢هـ، وبما أن المنطقة المتضررة من السيول تقع شرق محافظة جدة فقد تم اختيار عينة الطلاب المتضررين من المدارس الثانوية التابعة لمكتب التربية والتعليم بالشرق والبالغ عددهم (٥٨٠٠) موزعين في (٢٠) مدرسة، وبما أن المناطق غير المتضررة تقع شمال محافظة جدة فقد تم اختيار عينة الطلاب غير المتضررين من المدارس الثانوية التابعة لمكتب التربية والتعليم بالشمال والبالغ عددهم (٣٢٠٠) موزعين في (١٣) مدرسة، والجدول (١) يبين توزيع مجتمع الدراسة حسب مكتب التربية والتعليم بالشرق ومكتب التربية والتعليم بالشمال في محافظة جدة.

جدول (١)

يبيّن أعداد مجتمع الدراسة وفقاً للمنطقة الجغرافية لمكاتب التربية والتعليم

م	مكاتب التربية والتعليم	عدد المدارس	عدد الطلاب
١	شرق جدة	٢٠	٥٨٠٠
٢	شمال جدة	١٣	٣٢٠٠
	المجموع	٣٣	٩٠٠٠

ثالثا: عينة الدراسة:

إن دراسة أي مجتمع عن طريق عينة ممثلة له تمثيلا صادقا، تغني عن دراسة المجتمع الأصلي، وعليه فالنتائج المستقاه من الأفراد الذين شملتهم العينة يمكن أن تعمم على أفراد المجتمع الأصلي للدراسة.

1.3 اختيار أفراد عينة الدراسة:

١. تم تحديد العدد الكلي لأفراد مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (٩٠٠٠) طالباً، يدرسون في (٣٣) مدرسة ثانوية حكومية في الإدارة العامة للترية والتعليم بمحافظة جدة، وذلك بعد استبعاد طلاب الصف الأول الثانوي من مجتمع الدراسة.

٢. تم توزيع ٦٠٠ استبانة على (٦) مدارس من شرق وشمال محافظة جدة.

٣. تم استلام (٤١٢) استبانة مكتملة، بواقع (٢٠١) استبانة للمتضررين، و(٢١١) استبانة لغير المتضررين، على النحو التالي:

١.١.٣ الطلاب المتضررين:

تم اختيار عينة قصدية من بعض طلاب المرحلة الثانوية (المتضررين) من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس التابعة لمكتب التربية والتعليم بشرق جدة، والذين تنطبق عليهم متغيرات الدراسة الحالية الصف (الثاني والثالث)، التخصص (الشرعي والطبيعي)، وكان عدد الاستبانات المستلمة والمكتملة (٢٠١) استبانة، والجدول (٢) يبيّن توزيع أعداد عينة الدراسة من الطلاب (المتضررين) في المدارس الثانوية.

جدول (٢)

يبيّن توزيع أعداد عينة الدراسة الطلاب (المتضررين) في المدارس الثانوية

م	موقع المدرسة	اسم المدرسة	الصف	العدد	النسبة
١	شرق جدة	نمرة	شرعي	٢٥	١٢,٤٪
			علمي	٤٠	١٩,٩٪
٢	شرق جدة	الحطيم	شرعي	٢٥	١٢,٤٪
			علمي	٤٠	١٩,٩٪
٣	شرق جدة	أبي اسحاق	شرعي	٣٠	١٤,٩٪
			علمي	٤١	٢٠,٥٪
			المجموع	٢٠١	١٠٠٪

٢.١.٣ الطلاب غير المتضررين:

تم اختيار عينة قصدية من بعض طلاب المرحلة الثانوية (غير المتضررين) من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس التابعة لمكتب التربية والتعليم بشمال جدة، والذين تنطبق عليهم متغيرات الدراسة الحالية الصف (الثاني والثالث)، التخصص (الشرعي والطبيعي)، وكان عدد الاستبانات الموزعة والمستلمة والمكتملة (٢١١) استبانة، وبذلك بلغ عدد الاستبانات الموزعة المستلمة والمكتملة التي تم تحليلها إحصائيا (٤١٢) استبانة، حيث بلغ مجموع أفراد عينة لدراسة النهائي (٤١٢) طالباً، من مجتمع الدراسة الكلي، والتي تمثل العينة الحقيقية للدراسة الحالية، والجدول (٣) يبيّن توزيع أعداد عينة الدراسة من الطلاب (غير المتضررين) في المدارس الثانوية.

جدول (٣)

يبيّن توزيع أعداد عينة الدراسة الطلاب (غير المتضررين) في المدارس الثانوية

م	موقع المدرسة	اسم المدرسة	الصف	العدد	النسبة
١	شمال جدة	عمر بن عبدالعزيز	شرعي	٢٠	٩,٥٪
			علمي	٥٠	٢٣,٧٪
	شمال جدة	بدر	شرعي	٢٢	١٠,٤٪
			علمي	٥٠	٢٣,٧٪
٣	شمال جدة	النهروان	شرعي	٢٠	٩,٥٪
			علمي	٤٩	٢٣,٢٪
المجموع				٢١١	١٠٠٪

٢.٣ خصائص عينة الدراسة:

من خلال الجداول (٤) و (٥) و (٦) يتبيّن توزيع عدد أفراد عينة الدّراسة في ضوء متغيرات الدراسة المستقلة كما يلي:

١.٢.٣ توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير الحالة (متضرر. غير متضرر):

جدول (٤)

يبيّن توزيع عينة الدّراسة وفقاً لمتغيّر الحالة (متضرر. غير متضرر)

الحالة	العدد	النسبة
متضرر	٢٠١	٤٨,٨٪
غير متضرر	٢١١	٥١,٢٪
المجموع	٤١٢	١٠٠٪

٢.٢.٣ توزيع أفراد العيّنة وفقاً لمتغير الصف الدراسي:

جدول (٥)

يبيّن توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير الصف الدراسي

متغير الصف الدراسي	العينة	العدد	النسبة
الثاني	الطلاب المتضررين	١٠٠	٢٤,٣٪
	الطلاب غير المتضررين	١١٢	٢٧,٢٪
الثالث	الطلاب المتضررين	١٠١	٢٤,٥٪
	الطلاب غير المتضررين	٩٩	٢٤ ٪
المجموع		٤١٢	١٠٠٪

٣.٢.٣ توزيع أفرا العيّنة وفقاً لمتغيّر التخصّص:

جدول (٦)

يبيّن توزيع عيّنة الدّراسة وفقاً لمتغير التخصّص

متغير الصف الدراسي	العينة	العدد	النسبة
شرعي	الطلاب المتضررين	٨٠	١٩,٤٪
	الطلاب غير المتضررين	٦٢	١٥٪
طبيعي	الطلاب المتضررين	١٢١	٢٩,٤٪
	الطلاب غير المتضررين	١٤٩	٣٦,٢٪
المجموع		٤١٢	١٠٠٪

رابعاً: أدوات الدراسة:

لقد تم استخدام الأدوات الآتية في الدراسة:

١. مقياس الصلابة النفسية، إعداد: مخيمر(٢٠١١م). تعديل الباجث

٢. مقياس المساندة الاجتماعية، إعدادالباحث (٢٠١١م).

٣. مقياس الاكتئاب، إعداد: الدليم وآخرون (١٩٩٣م).

وفيما يلي عرض لهذه الأدوات:

أولاً: مقياس الصلابة النفسية:

وصف المقياس:

استبيان الصلابة النفسية أداة تعطى تقديراً كمياً لصلابة الفرد النفسية ويمكن تعريفها ـ وفقاً للتراث المتاح ـ كالتالي :"هي اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة(Kobaza, 1982).

والأداة مكونة من ٤٧ عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد ، وتقع الإجابة على المقياس في ثلاثة مستويات (دائما ـ أحياناً ـ أبداً) ، وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى إذا كانت الإجابة (تنطبق دائما ٣ ـ إذا كانت تنطبق أحيانا ٢ ـ إذا كانت لا تنطبق أبدا ١) .

وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين ٤٧ إلى ١٤١ درجة ، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية .

ثبات وصدق الاستبيان:

قام مخيمر(٢٠١١م) بحساب ثبات وصدق الاستبيان على عينة من طلاب الجامعة من كلية الاداب جامعة الزقازيق . بلغ عددها (ن = ٨٠) منهم ٤٥ أنثى ، و٣٥ ذكر تراوحت أعمارهم ما بين ١٩ ـ ٢٤ سنة بمتوسط عمري قدرة ٢٠,٨٧٥ سنة وانحراف معياري قدرة ١,٠٣ .

أ) ثبات الاستبيان:

تم التحقق من ثبات الاستبيان بطريقتين ، هما :

١ـ الاتساق الداخلي . ٢ـ معامل ثبات ألفا كرونباخ .

١ـ الاتساق الداخلي:

تم إيجاد معامل الاتساق الداخلي للعبارات من خلال :

ـ حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه .

ـ حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات الاستبيان .

وقد وجد ارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه ، وكذلك درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان وجميعها دالة عند مستوى ٠,٠٥ ومستوى ٠,٠١ كما يتضح من الجدول (٧) .

جدول (٧)

يبين معاملات الارتباط ومستوى دلالتها بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه ، والارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان

الالتزام			التحدي			التحكم		
العبارة	ارتباط المفردة بمجموع البعد	ارتباط البعد بالمجموع الكلي	العبارة	ارتباط المفردة بمجموع البعد	ارتباط البعد بالمجموع الكلي	العبارة	ارتباط المفردة بمجموع البعد	ارتباط البعد بالمجموع الكلي
١	٠,٥٦		٢	٠,٦٥		٣	٠,٦١	
٤	٠,٢٢		٥	٠,٧٠		٦	٠,٥٩	
٧	٠,٦٠		٨	٠,٧١		٩	٠,٤٥	
١٠	٠,٧٢		١١	٠,٦٩		١٢	٠,٢٣	
١٣	٠,٧١		١٤	٠,٦٥		١٥	٠,٦٧	
١٦	٠,٦٥		١٧	٠,٦٦		١٨	٠,٣٥	
١٩	٠,٢٥		٢٠	٠,٥٥		٢١	٠,٥٨	
٢٢	٠,٥٤		٢٣	٠,٥٧		٢٤	٠,٥٣	

٢٥	٠,٥٨	٠,٧٥	٢٦	٠,٥٨	٠,٨٢	٢٧	٠,٥٨	٠,٦٠
٢٨	٠,٥٦		٢٩	٠,٦٨		٣٠	٠,٥٧	
٣١	٠,٦٨		٣٢	٠,٧٠		٣٣	٠,٦٥	
٣٤	٠,٧٠		٣٥	٠,٧٢		٣٦	٠,٦٨	
٣٧	٠,٤٥		٣٨	٠,٦٦		٣٩	٠,٦٢	
٤٠	٠,٥٦		٤١	٠,٦٥		٤٢	٠,٦٥	
٤٣	٠,٤٨		٤٤	٠,٥٧		٤٥	٠,٦٨	
٤٦	٠,٤٧					٤٧	٠,٦٦	

ر = (٠,٢١٧) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)   ر = (٠,٢٨٣) عند مستوى دلالة (٠,٠١)

ويتضح من الجدول السابق أن عبارات الاستبيان تنتمي إلى البعد الذي تتدرج تحته ، وكذلك الأبعاد الفرعية تنتمي إلى الدرجة الكلية كما يدل على ذلك مستويات الدلالة الإحصائية مما يدل على التجانس الداخلي للاستبيان .

٢ـ معامل ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ثبات ألفا للاستبيان ككل ولأبعاده (الالتزام ـ التحكم ـ والتحدي) كما في الجدول (٨)

جدول (٨)

يوضح معامل ثبات استبيان الصلابة النفسية وثبات كل بعد من أبعاده باستخدام معامل ثبات ألفا

البعد	معامل الثبات
الالتزام	٠,٦٩
التحكم	٠,٧٦
التحدي	٠,٧٢
الدرجة الكلية	٠,٧٥

ويلاحظ من الجدول السابق ارتفاع معامل ثبات الاستبيان ككل ٠,٧٥ عند مستوى دلالة ٠,٠١ وكذلك يلاحظ الارتفاع الملحوظ في معاملات الثبات للأبعاد الفرعية مما يشير إلى تجانس مفردات الاستبيان .

ب. صدق المقياس :

تم حساب الصدق للأداء بعدة طرق ، هي :

١ـ الصدق الظاهري:

تم عرض عبارات المقياس على ثلاثة من المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس، وترتب على صدق المحكمين أن تم تعديل صياغة بعض عبارات المقياس ، ولكن نظراً لأن صدق المحكمين صدق ظاهري ، فقد قام الباحث بحساب الصدق عن طريق الصدق التلازمي .

٢ـ الصدق التلازمي :

تم حساب الصدق التلازمي للأداة الحالية مع مقياس قوة الآنا من إعداد ربيع ١٩٨٧م، وكان معامل الارتباط بين الأداة الحالية بمقياس قوة الأنا (ر = ٠,٧٥) وهو دال عند مستوى ٠,٠١ .

كما تم - أيضاً - حساب الصدق التلازمي للأداة الحالية مع مقياس بيك للاكتئاب من إعداد غريب ١٩٨٥م، وبلغ معامل الارتباط بين الأداة الحالية ومقياس بيك الاكتئاب (ر = ٠,٦٣) وهو دال عند مستوى ٠,٠١. وجدير بالذكر ، أن المكتئبين مجموعة تعرف بانخفاض الدافعية والفاعلية والصلابة النفسية ؛ فالمكتئب يمكن اعتباره على طرف نقيض لشخص ترتفع لديه الصلابة النفسية ، وهذا النوع من الصدق يطلق عليه صدق المجموعات المعروفة .

وصف مقياس الصلابة النفسية في الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث في الدراسة الحالية بدراسة استطلاعية بهدف التأكد من صدق وثبات المقياس ومدى ملاءمة تطبيقه على العينة المستهدفة، والتأكد من فهم ووضوح العبارات للعينة المستهدفة، وقد بلغ عدد العينة (٤٠) طالباً .

صدق المقياس: قام الباحث بحساب الصدق بطريقتين:

١- صدق المحكمين: وذلك بعرض المقياس على مجموعة من السادة أعضاء هيئة التدريس أساتذة علم النفس وأخذ آرائهم حول صياغة العبارات ومدى صدقها في قياس مستوى الصلابة النفسية، ولم يتم تغيير عبارات المقياس، سوى بإجراء التعديلات في الصياغة اللفظية على بعض العبارات والترتيب، والتي أجمع عليها ٨٣,٣٪ من المحكمين الملحق (٤).

مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية :

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٤٧ — ٧٧) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٧٨ -١٠٧) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٠٨ -١٣٨) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع .

أ. مستويات بعدي الالتزام والتحدي :

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٦ - ٢٦) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٢٧ - ٣٧) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٣٨ - ٤٨) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع .

ب. مستويات بعد التحكم :

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٤ - ٢٢) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٢٣ - ٣٣) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٣٤ - ٤٢) فإن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع .

٢- الصدق الإحصائي:

أ. قام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه للعينة الاستطلاعية، كما هو مبين في الجدول (٩).

جدول (٩)

يبين معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)

البعد الأول		البعد ثاني		البعد الثالث	
الالتزام		التحكم		التحدي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٨٤١**	٢	٠,٦٣٨**	٣	٠,٨٢١**
٤	٠,٨٦٢**	٥	٠,٦٧٠**	٦	٠,٩٠٨**
٧	٠,٧٩٥**	٨	٠,٦١٨**	٩	٠,٨٩٦**
١٠	٠,٧٠٦**	١١	٠,٦٤٠**	١٢	٠,٩٠٨**
١٣	٠,٨٥٦**	١٤	٠,٧٠٦**	١٥	٠,٨٩٥**
١٦	٠,٨٣٥**	١٧	٠,٦٣٨**	١٨	٠,٨٣٢**
١٩	٠,٨١٣**	٢٠	٠,٦٩٣**	٢١	٠,٩٠٥*
٢٢	٠,٨٥٥**	٢٣	٠,٦٤٣**	٢٤	٠,٧٤٣**
٢٥	٠,٨٥٨**	٢٦	٠,٦٤٧**	٢٧	٠,٨٩٢**
٢٨	٠,٨٢٩**	٢٩	٠,٦٠١**	٣٠	٠,٩١٢**
٣١	٠,٨٧٤**	٣٢	٠,٦٢٦*	٣٣	٠,٨٥١**
٣٤	٠,٨٤٢**	٣٥	٠,٦٧٥*	٣٦	٠,٩٠٠*
٣٧	٠,٨٣١**	٤٠	٠,٧٣٤**	٣٨	٠,٩١٨**
٣٩	٠,٨١٤**	٤٣	٠,٥٩٢**	٤١	٠,٩٣١*
٤٢	٠,٣٣١**			٤٤	٠,٢٩٠**
٤٥	٠,٥١١**			٤٦	٠,٨٠٩**

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١ ، * وجود دلالة عند مستوى ٠,٠٥

يتبين من الجدول (٩) أن قيم الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية تراوحت بين (٠,٢٩٠ و ٠,٩٣١) وهي داله عند مستوى دلالة (٠,٠١ و ٠,٠٥)، وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

جـ. قام الباحث بإيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الابعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية، كما في الجدول (١٠)

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية(ن=٤٠)

البعد	معامل الارتباط
الالتزام	**٠,٧٢٩
التحكم	**٠,٧١١
التحدي	**٠,٧٩٦

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتبين من الجدول رقم (١٠) أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الابعاد الرئيسية الثلاثة لمقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية تراوحت بين (٠,٧١١ و ٠,٧٩٦)، وهي قيم مرتفعة وجميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

د . قام الباحث بإيجاد معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات المقياس للعينة الاستطلاعية كما هو مبين في الجدول (١١).

جدول (١١)

يبين قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات مقياس الصلابة النفسية للعينة الاستطلاعية(ن=٤٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٣٥١	١٣	**٠,٣٤٦	٢٥	**٠,٣١٨	٣٧	**٠,٣٩١
٢	**٠,٣٣١	١٤	**٠,٤٣٢	٢٦	**٠,٥٣١	٣٨	**٠,٥١٧
٣	**٠,٣٠٢	١٥	**٠,٣٩١	٢٧	**٠,١١٢	٣٩	**٠,١٥٦
٤	**٠,٢٨١	١٦	**٠,٣٢٣	٢٨	**٠,٣٨٦	٤٠	**٠,٣٨٨
٥	**٠,١٧١	١٧	**٠,٢٤١	٢٩	**٠,١٤٥	٤١	**٠,١٧٩
٦	**٠,٥٢٣	١٨	**٠,٢٨٣	٣٠	**٠,١١٧	٤٢	**٠,١٤٩
٧	**٠,٤٩٢	١٩	**٠,٣٠٣	٣١	**٠,٣٨٨	٤٣	**٠,٣٩٠
٨	**٠,٢٧٨	٢٠	**٠,٣٤١	٣٢	**٠,٤٧٨	٤٤	**٠,١٣١
٩	**٠,٤٠٢	٢١	**٠,٤٥٧	٣٣	**٠,٤٦٤	٤٥	**٠,٤٨١
١٠	**٠,٢٠٠	٢٢	**٠,٤٨٣	٣٤	**٠,٥١٥	٤٦	**٠,٤٥٦
١١	**٠,٤٨٨	٢٣	**٠,٣٦٤	٣٥	**٠,١٦١		
١٢	**٠,٥١٠	٢٤	**٠,٤٤٢	٣٦	**٠,٤٧٩		

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

❖ وجود دلالة عند مستوى ٠,٠٥

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الصلابة النفسية استخدم الباحث طريقتين :

١ -معامل ثبات الفاكرونباخ.

٢ -التجزئة النصفية.

وفيما يلي جدول (١٢) يوضح قيم معاملات الثبات للعينة الاستطلاعية.

جدول (١٢)

قيم معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الصلابة النفسية للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)

قيم معاملات الثبات		
ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية	
٠,٨٨٨	معامل النصف الأول	٠,٧٤٠
	معامل النصف الثاني	٠,٦٣٣
	سبيرمان -براون	٠,٧٤٣
	جتمان	٠,٧٢٨

يتبين من الجدول (١٢) أن قيمة معامل الثبات للعينة الاستطلاعية بطريقة الفا كرونباخ بلغت (٠,٨٨٨) وبطريقة التجزئة النصفية بلغت قيمة ثبات النصف الأول (٠,٧٤٠) وبلغت قيمة ثبات النصف الثاني (٠,٦٣٣)، وكانت قيمة ثبات سبيرمان -براون (٠,٧٤٣) ، وبطريقة جتمان (٠,٧٢٨).أي ان المقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة، وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

ثانياً: مقياس المساندة الاجتماعية إعداد الباحث(٢٠١١م):

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها وفروضها قام الابحث بتصميم استبانة وفق ما يلي:

١. مراجعة الأدبيات والإرث السيكولوجي والاجتماعي لمتغير المساندة الاجتماعية بأبعادها المختلفة، ومحاولة تحديد أبعادها الأكثر تأثيرا عند تعرض الفرد للحطر أوقات الأزمات والكوارث، بحيث تشمل كافة العلاقات الاجتماعية التي تدور حول الفرد ويمكن أن تكون على صلة به حال وقوع الأزمة أو الكارثة.

٢. الاطلاع على عدد كبير من الأبحاث والدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت المساندة الاجتماعية، ومراجعة ما وقع عليه من الأدوات التي تقيس المساندة الاجتماعية، مثل مقياس المساندة الاجتماعية إعداد (السرسي و عبدالمقصود، ١٩٩٨م)، ومقياس المساندة الاجتماعية من إعداد ساراسون وآخرون Sarason et al, 1983، وقام بتعريبه الشناوي و أبو بية ١٩٩٠م، ومقياس المساندة الاجتماعية إعداد (دياب،٢٠٠٦م)، ومقياس المساندة الاجتماعية إعداد (السميري، ٢٠١٠م)

٣. الاستفادة من خبرة وتوجيهات سعادة المشرف الدكتور هشام مخيمر، وذوي الاختصاص من أساتذة الجامعات بجامعة أم القرى والجامعات السعودية (جدة، الطائف، القنفذة، الباحة)، وأساتذة الجامعات العربية (مصر).

٤. تعريف المساندة الاجتماعية بأنها كل ما يتلقاه الفرد من الدعم والمساندة المعنوية والمادية داخل المجتمع على المستوى الرسمي(الحكومة)، وغير الرسمي(الأسرة، الأصدقاء)، ومدى الرضا عن الدعم والمساندة وقت الأزمات.

٥. تحديد عبارات الأبعاد الأربعة المستخدمة في الاستبانة، حيث تتكون من (٣٤) عبارة تشمل المساندة الاجتماعية وقت الكوارث والأزمات، وتفصيلها فيما يلي:

المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة:

ويقصد بها كل ما يحصل عليه الطالب من مساندة معنوية أو مادية من أفراد أسرته ، ومدى إدراكه لهذه المساندة وشعوره بها، وتمثل هذا البعد (٦) عبارات تحمل الأرقام(٢،٦،١٠،١٤،٢٢،٢٦).

المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء:

ويقصد به كل ما يحصل عليه الطالب من مساندة معنوية أو مادية من خلال العلاقات الإجتماعية في مجتمعه ومع جيرانه وأصدقائه وزملائه، ومدى إدراكه لهذه المسانده وإحساسه بها وتقديره لها، وتمثل هذا البعد (٩) عبارات تحمل الأرقام(١،٥،٩،١١،١٣،١٧،٢١،٢٥،٢٩)

المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة:

ويقصد بها كل ما يحصل عليه الطالب من الجهات الحكومية المختصة من مساعدات ومعونات مادية ومعنوية على مستوى المسئولية، ومدى إحساس الطالب بها وتلمسه وتقديره لها وشعوره بأهميتها وتقييمه لجدواها، وتمثل هذا البعد (٩) عبارات تحمل الأرقام(٤،٨،١٢،١٦،٢٠،٢٤،٢٨،٣٢،٣٤)

الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية:

ويقصد به مدى إدراك الفرد لكمية ونوعية المساندة الاجتماعية المقدمة له، ومدى رضاه عنها، وإحساسه بأهميتها وقيمتها، ويتمثل هذا البعد (١٠) عبارات تحمل الأرقام (٣،٧،١٥،١٨،١٩،٢٣،٢٧،٣٠،٣١،٣٣).

٦. مراجعة العبارات وصياغتها بأسلوب بسيط وواضح يلائم البيئ المحلية، ويتناسب مع ثقافة المفحوصين، ويتناسب مع قيم وعادات المجتمع السعودي.

٧. تطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية بلغ عددها (٤٠) طالباً، بهدف التأكد من صدق وثبات المقياس ومدى ملاءمته، والتأكد من فهم ووضوح العبارات واستيعابها من قبل العينة المستهدفة.

تصحيح المقياس

تبدأ بإجابة المفحوص على كل بند من بنود المقياس بإجابة واحدة من ثلاث والتي يتم الإجابة عليها بثلاث اختيارات هي: دائما، أحيانا، نادرا، بحيث يحصل المستجيب على ثلاث درجات للإجابة دائماً، ودرجتان للإجابة أحياناً، ودرجة واحدة للإجابة نادراً، وذلك بالنسبة للعبارات الموجبة وهي (١ -٢ -٥ -٦ -٩ -١٠ - ١٢ -١٣ -١٤ -١٧ -١٨ -١٩ -٢٠ -٢١ -٢٢ -٢٤ -٢٨ -٢٩ -٣٠ -٣٢ -٣٣)، بينما يحصل المستجيب

على درجة واحدة للإجابة دائماً، ودرجتنا للإجابة أحياناً، وثلاث درجات للإجابة نادراً وذلك بالنسبة للعبارات السالبة وهي (٣ -٤ -٧ -٨ -١١ -١٥ -١٦ -٢٣ -٢٥ -٢٦ -٢٧ -٣١ -٣٤)، وبذلك يتراوح مدى الدرجات بين (٣٤.١٠٢)، وتعكس الدرجة الكلية مستوى إدراك المساندة الاجتماعية. الملحق رقم(٦).

مستويات الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية:

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٣٤ — ٥٦) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٥٧ -٧٨) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٧٩ -١٠٢) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص مرتفع .

أ. مستويات بعد المساندة من قل الأسرة:

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٦ - ١٠) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١١ - ١٤) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٥ - ١٨) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص مرتفع .

ب. مستويات بعدي المساندة من قبل الأصدقاء والحكومة:

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٩ - ١٣) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٤ - ١٩) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٢٠ - ٢٧) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص مرتفع .

ج. مستويات بعد الشعور بالرضا عن المساندة:

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٠ - ١٥) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص منخفض .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (١٦ - ٢١) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص متوسط .
- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (٢٢ - ٣٠) فإن مستوى المساندة لدى المفحوص مرتفع .

صدق المقياس: قام الباحث بحساب الصدق بطريقتين:

١. الصدق الظاهري: قام الباحث بعرض الاستبانة في صورتها الأولية المكونة من (٣٦) عبارة على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس في الجامعات السعودية والعربية، وذلك لمعرفة مدى صدق الاستبانة، حيث طلب الباحث من المحكمين إبداء آرائهم حول أبعاد الاستبانة وعباراتها من حيث الوضوح والملاءمة لتحقيق أهداف الدراسة، الملحق رقم (١).

وقام الأساتذة المحكمون بإبداء آرائهم وتوجيهاتهم العلمية بالإضافة أو التعديل أو الحذف، وبناء على ذلك قام الباحث بتعديل محتوى بعض الفقرات، وتصحيح الصياغة لبعضها، وحذف البعض، وقد بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين ٨٣.٣٪ على عبارات الاستبانة بأبعادها الأربعة المصممة لقياس المساندة الاجتماعية، ثم قام الباحث بإخراجها في صورتها النهائية المكونة من (٣٤) عبارة، الملحق رقم (٥).

٢ـالاتساق الداخلي: للتأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس ومدى تماسك العبارات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، قام الباحث بإجراء ذلك كما يلي:

قام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه للعينة الاستطلاعية كما هو مبين في الجدول (١٣).

جدول (١٣)

يبين معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)

البعد الأول		البعد ثاني		البعد الثالث		البعد الرابع	
المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة		المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء		المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة		الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٢	❖❖٠,١٩١	١	❖❖٠,٣٥٨	٤	❖❖٠,٦٢٨	٣	❖❖٠,٦٢٣
٦	❖❖٠,٢٧٨	٥	❖❖٠,٤٣٩	٨	❖❖٠,٥٥٨	٧	❖❖٠,٣٦٤
١٠	❖❖٠,١٥٥	٩	❖❖٠,٤٧٤	١٢	❖❖٠,٥٥٠	١٥	❖❖٠,٥٦٥
١٤	❖❖٠,٣٤٣	١١	❖❖٠,٤٤٤	١٦	❖❖٠,٣٨٩	١٨	❖❖٠,٢١٩
٢٢	❖❖٠,١٥١	١٣	❖❖٠,٤٥١	٢٠	❖❖٠,٣٢٣	١٩	❖❖٠,٣٩٥
٢٦	❖❖٠,٢٦٥	١٧	❖❖٠,٤٥١	٢٤	❖❖٠,٦٦٢	٢٣	❖❖٠,٣٦٧
		٢١	❖❖٠,٤١٧	٢٨	❖❖٠,٨٠٥	٢٧	❖❖٠,٧٤٧
		٢٥	❖❖٠,٢٧٤	٣٢	❖❖٠,٦٢٧	٣٠	❖❖٠,٦٤٢
		٢٩	❖❖٠,٣٥٨	٣٤	❖❖٠,٦٤٢	٣١	❖❖٠,٧٢٢
						٣٣	❖❖٠,٦٠١

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتبين من الجدول (١٣) أن قيم الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه للعينة الاستطلاعية تراوحت بين (٠,١٥١ و ٠,٧٤٧) وهي داله عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

بعد ذلك قام الباحث بإيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الابعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول (١٤).

جدول (١٤)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)

البعد	معامل الارتباط
المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة	❖❖٠,٦٧٠
المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء	❖❖٠,٦٥٥

المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة	٠,٧٢٣❖❖
الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية	٠,٦٦٣❖❖

يتبين من الجدول رقم (١٤) أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الابعاد الرئيسية الاربعة لمقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (٠,٦٥٥ و ٠,٧٢٣) وهي قيم مرتفعة وجميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس باطمئنان.

بعد ذلك قام الباحث بإيجاد معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات المقياس للعينة الاستطلاعية كما هو مبين في الجدول (١٥).

جدول (١٥)

يبين قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات مقياس المساندة الاجتماعية للعينة الاستطلاعية(ن=٤٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٦٩٦❖❖	١٠	٠,٦٨٣❖❖	١٩	٠,٧٧٦❖❖	٢٨	٠,٤٦٤❖❖
٢	٠,٤٦٧❖❖	١١	٠,٦٤١❖❖	٢٠	٠,٧٦٢❖❖	٢٩	٠,٥٨٨❖❖
٣	٠,٥٠٧❖❖	١٢	٠,٧٥٤❖❖	٢١	٠,٦٥٠❖❖	٣٠	٠,٦٧٠❖❖
٤	٠,٤٨٨❖❖	١٣	٠,٧٦٢❖❖	٢٢	٠,٧٧٦❖❖	٣١	٠,٦٥٥❖❖
٥	٠,٦٨٣❖❖	١٤	٠,٧٥٤❖❖	٢٣	٠,٧٣٥❖❖	٣٢	٠,٧٢٣❖❖
٦	٠,٤٥٩❖❖	١٥	٠.٨٣٨❖❖	٢٤	٠,٦٠٠❖❖	٣٣	٠,٦٦٣❖❖
٧	٠,٤٤٤❖❖	١٦	٠,٥٨٣❖❖	٢٥	٠,٧١١❖❖	٣٤	٠,٧٢٩❖❖
٨	٠,٧٥٦❖❖	١٧	٠,٤١٤❖❖	٢٦	٠,٧٩٦❖❖		
٩	٠,٦٥٩❖❖	١٨	٠,٤٥٤❖❖	٢٧	٠,٦٨٢❖❖		

يتبين من الجدول رقم (١٥) أن قيم معامل الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات مقياس المساندة الاجتماعية تراوحت بين (٠,٤٤١ و ٠,٨٣٨) وجميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس المساندة الاجتماعية استخدم الباحث طريقتين :

١ -معامل ثبات الفاكرونباخ. ٢ -التجزئة النصفية.

وفيما يلي جدول (١٦) يوضح قيم معاملات الثبات للعينة الاستطلاعية.

جدول (١٦)

قيم معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس المساندة الاجتماعية للعينة الاستطلاعية (ن=٤٠)

قيم معاملات الثبات		
ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية	
٠,٨٣٣	معامل النصف الأول	٠,٧١١
	معامل النصف الثاني	٠,٦٩٠
	سبيرمان -براون	٠,٨٠٣
	جتمان	٠,٧٧٩

يتبين من الجدول (١٦) أن قيمة معامل الثبات للعينة الاستطلاعية بطريقة الفا كرونباخ بلغت (٠,٨٣٣) وبطريقة التجزئة النصفية بلغت قيمة ثبات النصف الأول (٠,٧١١) وبلغت قيمة ثبات النصف الثاني (٠,٦٩٠)، وكانت قيمة ثبات سبيرمان -براون (٠,٨٠٣) ، وبطريقة جتمان (٠,٧٧٩).أي ان المقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة، وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

ثالثاً: مقياس الاكتئاب:

وصف المقياس:

قام الدليم وآخرون(١٩٩٣م) ببناء مقياس للاكتئاب على البيئة السعودية وذلك لاستخدامه كأداه موضوعية مقننة في تشخيص الاكتئاب لدى المرضى المترددين على العيادات النفسية، وكذلك استخدامه في البحوث النفسية ، والطبية النفسية (PSYCHIATRY)النفسجسمية (PSYCHOSOMATIC) ولذلك روعي في إعداد المقياس أن يكون مشتملا على مجموعة من الفقرات التي تقيس الاكتئاب والتي تثبت صدقا تلازميا مرتفعا . وقد أتبعت الخطوات التالية : -

أولاً: تم جمع البنود والفقرات ذات المحتوى المرتبط بالاكتئاب بصورة مباشرة من المصادر التالية :

١- دليل تشخيص رابطة الأطباء النفسيين الرابع بالولايات المتحدة الأمريكية.

٢- الموسوعة المختصرة للطب النفسي

٣- قاموس اكسفورد للطب النفسي الذي أعده كل من جيلدودر ، جوث ، مايو

٤- دائرة معارف التحليل النفسي في الولايات المتحدة التي أعدها لدوج الدللبيرج

٥- دائر المعارف المختصرة للطب النفسي في انجلترا والتي أعدها كل من : -

دينسي ليج ، بيروجون ماركس

٦- كتاب أصول الطب النفسي للدكتور / فخري الدباغ

ثانيا: مراجعة وتحليل بنود مقاييس الاكتئاب لكل من :

١- أ . ت . بك Beck والذي أعد مقياس للإكتئاب، وأعد صورته للعربية غريب عبد الفتاح.

٢- ماريا كوفكس Maria Kivacs والتي أعدت مقياس الاكتئاب للأطفال.

ثالثا: استخلاص العناصر الأساسية التي تمثل المحاور الرئيسية لأعراض الاكتئاب تم تحليلها إلى عناصر فرعية تشمتمل على المكونات الدقيقة لأعراض الاكتئاب.

رابعا: صياغة عبارات من المتغيرات الفرعية السابقة بحيث يشتمل كل متغير على أكثر من عبارة تم عرض الصورة الأولية للمقياس على عدد من الأخصائيين في الطب النفسي بمستشفى الصحة النفسية بالطائف كمحكمين لمعرفة آرائهم في مدى مطابقة العبارات مع المتغيرات واختيار أنسبها مطابقة ، أو اقتراح عبارات أخرى لم تذكر ، وتم تحليل أراء المحكين وتحديد النسبة المئوية لدرجة الموافقة والتكرار لكل عبارة .

وقد استبعدت بعض العبارات وتم استبدالها بعبارات أخرى أكثر فهما وذلك عند عرضه بصورته الكاملة على نفس المجموعة المحكمة من الأطباء النفسيين في مستشفى الطائف للصحة النفسية وقد وضع المقياس في صورته النهائية للتطبيق الميداني بحيث يحتوي على ٤٧ عبارة، ويستغرق الاجابة على المقياس ١٠ دقائق في المتوسط لطلاب الجامعة ومن في مثلهم، وقد يحتاج المفحوصين من ذوي التعليم المنخفض أو المضطربين انفعاليا لضعف ذلك الوقت بحيث يستغر في المتوسط ٢٠ دقيقة، وقد بلغت العينة في صورتها النهائية (٤١٥٦) فرداً من الذكور والإناث.

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس بأكثر من طريقة وهي : -

أ - صدق المحكمين (صدق المحتوى) وقد أثبتت النتائج درجة عالية من الاتفاق بين المحكمين وعددهم ٢٥ طبيباً نفسياً بمستشفى الصحة النفسية بالطائف .

ب - الصدق الظاهري وهذا ما تواخاه واضعو المقياس عند عملية اعداداه ومراجعة فقراته .

جـ - الصدق العاملي حيث تمت عملية التحليل العاملي للمقياس.

د - الصدق التلازمي : تم تطبيق المقياس تلازميا مع مقياس بيك للاكتئاب على ١٩ حالة من الذكور والإناث ممن يراجعون مستشفى الصحة النفسية بالطائف وشخصت حالاتهم إكلينكيا بالاكتئاب، وعند تصحيح المقياس ومقارنتها بالمعايير المتوفرة لوحظ أن هناك اتفاق بين المقياسين في تشخيص حالات الاكتئاب.

جدول رقم (١٧)

قيمة تشبعات الفقرات على عاملي مقياس الاكتئاب بعد التدوير

رقم الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	رقم الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	رقم الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني
١	٠,١٨٠١٥	٠,٢٨٢٦٧	١٧	٠,٦٩٢٣٢	٠,٣٤١٠٥	٣٣	٠,٢٨٧٤٨	٠,٥٠١٨٥
٢	٠,٤٧١٢٤	٠,١٠٥٩٢	١٨	٠,٦٣٠١٨	٠,١٢٤٣٢	٣٤	٠,٣٤٦٠٢	٠,٥٦١٠٥
٣	٠,٥٠٨٠٥	٠,٠٤٩٤٦	١٩	٠,٤٥٤٦٥	٠,١٢٠٢٨	٣٥	٠,٢٥٩٤١	٠,٤٩٩٦١
٤	٠,٣٣٥٨٤	٠,١٤١١٧	٢٠	٠,٣٣٩٢٧	٠,٣٦٤٠٤	٣٦	٠,٥١٢٦٥	٠,٢٣٥٠٦
٥	٠,٥٧٩٢٥	٠,٠٠٩٢٨	٢١	٠,١٢٢١٩	٠,٥٠٦١٥	٣٧	٠,٤٨٤٢٠	٠,٣٤٥٥٤

٦	٠,٣٢٥٠٢	٠,٥٠٨٤١	٢٢	٠,٥٠٠٢٥	٠,١٦٤٧٩	٣٨	٠,٣٤٣٧٧	٠,٤٦٦٥٠
٧	٠,٣٠٠٣٢	٠,٥١٨٧٥	٢٣	٠,٤٤٠٨٩	٠,١٧٤٢٩	٣٩	٠,٠٢٥٩٥	٠,٥٥٥٧٥
٨	٠,٥٩٧٨٢	٠,٢١٠٢٩	٢٤	٠,٠٣٤٩٤	٠,٥٧٦٥٦	٤٠	٠,٠٧٢٦٠	٠,٥١٠١٣
٩	٠,١١٤٢٨	٠,٤٢٠٧١	٢٥	٠,٣٠٤٤٥	٠,٣٧١٣٣	٤١	٠,١٣٩٠٠	٠,٤٨٥٧٩
١٠	٠,٣٠٥٨٣	٠,٢٦٢٧٢	٢٦	٠,٤٢٣٣٦	٠,٣٥٦٦٥	٤٢	٠,١٨٢٨٠	٠,٥٥٣٢٤
١١	٠,٢٧٢١١	٠,١٣٢٢٢	٢٧	٠,٥٨٤٠٣	٠,٠٤١٠١	٤٣	٠,٥٩٧٦٩	٠,٢١٣٥٦
١٢	٠,٢٨٦٤٥	٠,٥٤٩٢٣	٢٨	٠,٥٤٦٩١	٠,١٧٠٥٦	٤٤	٠,٢١٥٣١	٠,٣١٤٢٥
١٣	٠,٠٥٧٠٤	٠,٥٥٦٦٨	٢٩	٠,٣٠٦٦٠	٠,٥٧٠٧٩	٤٥	٠,٤٩٤١٢	٠,٣٢٨٢٠
١٤	٠,٢٠١٧٠	٠,٣٨٣٣٣	٣٠	٠,٥٦٤٩٤	٠,١٢٧٨٨	٤٦	٠,٥٤٤٨٧	٠,٢٧٢٠٧
١٥	٠,٠٤٦٩٥	٠,٥٧٨٠٦	٣١	٠,٢٦٦٠٥	٠,٥٣٦٩٥	٤٧	٠,٥٤٩٢٣	٠,٣٤٦٨٣
١٦	٠,٢١٢٢٦	٠,٤٥٣٣٢	٣٢	٠,٦٦٦٦٦	٠,٠٧٠٥٥			

جدول رقم (١٨)

قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين لعاملي مقياس الاكتئاب

البيان	الجذر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
العامل الأول	١١,٣١٨	٢٤,١	٢٤,١
العامل الثاني	٢,٧٣٤	٥,٨	٢٩,٩

قيمة التباين المفسر:

ومن واقع الجدولين (١٧) ، (١٨) يمكن التأكد من صدق المقياس عاملياً والاطمئنان إلى ذلك فقد بينت النتائج أن العامل الأول يحتوي على معظم عبارات المقياس إذ يفسر (٢٤,١) من التباين .

ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بأكثر من طريقة هي : -

١- معامل ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمته (٠,٩٠٧) وهو معامل مرتفع .

٢- معامل الاتساق الداخلي:

ويبين الجدول (١٩) قيمة معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس وبين مجموع العبارات. وجميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى ٠,٠٥ وهذا يؤكد ثبات المقياس ومؤشر على صدقه.

وقد تم إلغاء الفقرات أرقام ٣، ٧ ، ٣٢ ، ٤٧ ، ٤٩ من المقياس على الرغم من دلالتها الاحصائية وذلك لصغر قيمة معاملات الارتباط الخاصة بها مما يدل على عدم قوتها أو مساهمتها في تفسير العوامل، وأصبح المقياس في صورته النهائية (٤٧) عبارة.

جدول رقم (١٩)

معاملات الارتباط بين كل فقرة ومجموع الفقرات في مقياس الاكتئاب (معامل الاتساق الداخلي)

رقم الفقرة	قيمة ر	رقم الفقرة	قيمة ر	رقم الفقرة	قيمة ر
١	٠,٣٣٢	١٩	٠,٤٥٠	٣٧	٠,٦٠٨
٢	٠,٤٢١	٢٠	٠,٥٤٢	٣٨	٠,٥٠٣
٣	٠,٢٠١	٢١	٠,٤٢٥	٣٩	٠,٥٢٣
٤	٠,٤٢٥	٢٢	٠,٤٩٩	٤٠	٠,٥٨٠
٥	٠,٣٥٩	٢٣	٠,٤٤٠	٤١	٠,٥٥٤
٦	٠,٤٢٦	٢٤	٠,٤٨٦	٤٢	٠,٣٧٣
٧	٠,٢٧٦	٢٥	٠,٤٤٩	٤٣	٠,٤٠٢
٨	٠,٥٧١	٢٦	٠,٤٢٦	٤٤	٠,٤٣٥
٩	٠,٥٥٢	٢٧	٠,٤٧٦	٤٥	٠,٤٩٤
١٠	٠,٥٧٦	٢٨	٠,٥٤١	٤٦	٠,٥٧٣
١١	٠,٣٨٥	٢٩	٠,٤٥٩	٤٧	٠,١٣٠
١٢	٠,٤٢٣	٣٠	٠,٥١٥	٤٨	٠,٣٧٩
١٣	٠,٣٠٩	٣١	٠,٥٨٥	٤٩	٠,٢٧٩
١٤	٠,٥٦٩	٣٢	٠,٠٢٨	٥٠	٠,٥٧٧
١٥	٠,٣٥٠	٣٣	٠,٥٠٠	٥١	٠,٥٦٩
١٦	٠,٤٢٤	٣٤	٠,٥٥٩	٥٢	٠,٦١٦
١٧	٠,٣٧٨	٣٥	٠,٥٢٥		
١٨	٠,٤٦٦	٣٦	٠,٥٣٤		

تصحيح المقياس:

يتم تصحيح المقياس في اتجاه درجة الاكتئاب أي أن الدرجات العالية في هذا المقياس تدل على درجة عالية لدى المفحوص والعكس صحيح ، هذا وتعطى الدرجات التالية لاستجابات المفحوص على كل عبارة من عبارات المقياس .

دائما (٤)، أحيانا (٣)، نادرا (٢)، أبدا (١)

وذلك باستثناء العبارات أرقام (١ - ٧ - ١١ - ١٢ - ١٥ - ١٧ - ٣٢ - ٢٦ - ٣٢ - ٤٢ - ٤٣ - ٤٤) فإن التصحيح يتم فيها بصورة معاكسة وذلك على النحو التالي :

دائما (١)، أحيانا (٢)، نادرا (٣)، أبدا (٤).

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

للإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها ، تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

التساؤل الأول والثاني والثالث:

استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارة لكل بعد من أبعاد المتغيرات مع الترتيب.

الفرض الأول والثاني والثالث:

معاملات ارتباط بيرسون لتحديد العلاقات بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة الدراسة من المتضررين وغير المتضررين.

الفرض الرابع والسادس والثامن:

اختبار (ت) (T-test) لدلالة الفروق في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب وفقاً لحالة الطالب (متضرر – غير متضرر).

الفرض الخامس والسابع والتاسع:

الفروق بين المتوسطات للمتضررين وغير المتضررين حسب التخصص (طبيعي - شرعي)، ثم اختبار (ت) (T- test) للكل.

الفرض العاشر:

معاملات الانحدار المتعدد لتحليل تباين الانحدار المتعدد للاكتئاب وكل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، باستخدام طريقة (Stepwise).

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

تمهيد:

يتناول هذا الفصل النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية ومناقشتها وذلك في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، وتم عرض هذه النتائج وتفسيرها على النحو التالي:

التساؤل الأول:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

قام الباحث بحساب درجة القطع والمتوسطات والانحرافات المعيارية لإيجاد مستوى الصلابة النفسية لطلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة كما في الجدول (٢٠)

جدول (٢٠)

يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الصلابة النفسية للطلاب المتضررين وغير المتضررين

المتغير	العينة	منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الصلابة
الصلابة النفسية	المتضررين	٣٣	١٤٨	٢٠	٢٠١	٩٩.٩١	٨.٢٨٤	متوسط
	غير المتضررين	٢٧	١٤١	٤٣	٢١١	١٠٣.٦٨	٩.٢٣٥	متوسط

يتبين من الجدول (٢٠) أن منخفضي الصلابة النفسية من المتضررين بلغ عددهم (٣٣)، بينما بلغ عدد مرتفعي الصلابة النفسية من نفس العينة (٢٠)، بينما بلغ عدد متوسطي الصلابة النفسية (١٤٨)، والتي كانت درجات إجاباتهم قد تراوحت بين (٧٨ -١٠٧) درجة على مقياس الصلابة النفسية، ويتضح من ذلك أن أغلب الطلاب المتضررين كان مستوى الصلابة النفسية لديهم بدرجة متوسطة، كما بلغ المتوسط العام للصلابة النفسية (٩٩.٩١) وبانحراف معياري (٨.٢٨٤)، وبالتالي فإن المستوى العام للصلابة النفسية لدى الطلاب المتضررين متوسطاً.

كما تبين من الجدول (٢٠) أيضاً أن منخفضي الصلابة النفسية من غير المتضررين بلغ عددهم (٢٧)، ومرتفعي الصلابة النفسية من نفس العينة بلغ عددهم (٤٣)، بينما بلغ عدد متوسطي الصلابة النفسية (١٤١)، والتي كانت درجات إجاباتهم قد تراوحت بين (٧٨ -١٠٧) درجة على مقياس الصلابة النفسية، ويتضح من ذلك أن أغلب الطلاب غير المتضررين كان مستوى الصلابة النفسية لديهم بدرجة متوسطة، كما بلغ المتوسط العام للصلابة النفسية (١٠٣.٦٨) وبانحراف معياري (٩.٢٣٥)، وبالتالي فإن المستوى العام للصلابة النفسية لدى الطلاب غير المتضررين متوسطاً.

ويُفسَّر المستوى المتوسط للصلابة النفسية لدى الطلاب المتضررين إلى كون الصلابة النفسية تبقى كامنة في نفوس الأفراد ولا تظهر إلا بمثيرات تدفعها إلى الظهور مثل الأحداث الضاغطة التي نتجت عن كارثة السيول التي أصابتهم، ولكن لكون هذه الكارثة مثل بقية الكوارث الطبيعية التي تتسم بسمة المفاجأة

والمباغتة يرى الباحث أنها شكلت صدمة بالنسبة لهم حيث أنها أصابتهم بشلل في التفكير وبالتالي تخبطا في التصرف حالها حال أي صدمة أخرى، وكذلك ندرتها حيث تعتبر ظاهرة نادرة في هذه المحافظة التي لا تتصف بحدوث الكوارث الطبيعية وتعد شبه مستحيلة بالنسبة للمجتمع، ومع كل ذلك استطاعو بالصلابة المتوسطة التي لديهم التغلب على الكارثة وما صاحبها من دمار وفقد وتشتت، ويرى الباحث أن هذا المستوى إيجابي جدا بالنسبة لمن فاجأتهم كارثة بحجم تلك الكارثة خاصة وأن المجتمع مجتمع مسلم تسوده علاقات المحبة والإخاء والمؤازرة والدعم والتكافل الاجتماعي، ومجتمع يحثهم دينهم على الصبر والاحتساب والإيمان بقضاء الله وقدره.

أما الطلاب غير المتضررين فيعود مستوى الصلابة النفسية المتوسط لديهم إلى كون الصلابة النفسية لديهم لم تختبر اختبار مباشرا كما حصل عند قرنائهم من المتضررين، ويفسر تقارب العدد بينهم فذلك لكون الطلاب غير المتضررين كانوا شاهدين لأبعاد الكارثة ولكنهم عاجزين عن تقديم شيء خاصة وأنهم لا يستطيعون الدخول إلى منطقة الحدث، وبالتالي شكل ذلك لهم عراكا نفسيا داخليا وأصبحوا بين إقدام بفعل ما يتمتعون به من مقومات الصلابة النفسية وبين إحجام بفعل قوة الكارثة التي حجزتهم عن تقديم يد العون والتعبير عن مشاعرهم عمليا، بل اكتفوا بندب حظهم ولوم أنفسهم تارة، ولوم الآخرين تارة أخرى، ويرى الباحث أن مستوى الصلابة النفسية يحسب لصالح المتضررين كون المحك كان أكبر وملامسا لاختبار صلابتهم النفسية.

ثم قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية ويتضح ذلك من جدول (٢١)

جدول (٢١)

يوضح المتوسطات والانحرافات ومستوى أبعاد الصلابة النفسية للطلاب المتضررين وغير المتضررين

م	البعد	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الصلابة النفسية	الترتيب
١	الالتزام	المتضررين	٣٥,٤٣	٣,٨٨	متوسط	١
		غير المتضررين	٣٧,٠٦	٤,٣٧	متوسط	
٢	التحكم	المتضررين	٢٩,٣٩	٢,٨٧	متوسط	٣
		غير المتضررين	٣٠,٣٩	٣,٣٠	متوسط	
٣	التحدي	المتضررين	٣٥,٠٩	٣,٨٣	متوسط	٢
		غير المتضررين	٣٦,٢٢	٣,٨٤	متوسط	

يتضح من الجدول (٢١) أن أكثر أبعاد الصلابة النفسية تأثيرا لدى الطلاب المتضررين هو الالتزام بمتوسط قدره (٣٥,٤٣)، ثم التحدي بمتوسط قدره (٣٥,٠٩)، ثم التحكم بمتوسط قدره (٢٩,٣٩)، كما اتضح

أيضاً أن الطلاب غير المتضررين ظهر لديهم نفس ترتيب الأبعاد بدءا بالالتزام بمتوسط قدره (٣٧,٠٦)، ثم التحدي بمتوسط قدره (٣٦,٢٢)، ثم التحكم بمتوسط قدره (٣٠,٣٩).

وهذا الترتيب يعتبر منطقي، حيث أن طبيعة المرحلة التي يمر بها طالب المرحلة الثانوية التي تتسم بالاستقلالية والاعتماد على النفس ومحاولة إثبات الذات والمبادرة وتقديم العون للآخرين والإحساس بطعم الحياة، تتفق تماما مع عبارات بعد الالتزام التي احتلت المراتب الأولى التي بينت مدى اعتقاد الطلاب بأهميتهم في هذه الحياة وأن حياتهم لها معنى، وامتلاكهم لروح المبادرة من خلال حبهم لمساعدة أسرهم أو مجتمعهم، وتحليهم بمجموعة من القيم التي يلتزمون بها ويحافظون عليها، وهذا يتفق مع طبيعة المجتمع المسلم المترابط الذي يقوم على مجموعة من القيم الإسلامية المستمدة من القرآن والسنة، كما تتضح النضرة التفاؤلية لدى الطلاب المتضررين، والأمل في الحياة وحبهم لها، وحاجتهم للناس من خلال العبارات التي احتلت المراتب الأخيرة في هذا البعد.

وبالنسبة لبعد التحدي الذي حل ثانيا فيتضح من خلال عبارات البعد التي اختارها الطلاب في المراتب الأولى أن الطلاب المتضررين يشعرون بالمتعة عند التحدي والمواجهة، ورغبتهم في التعرف على الجديد، وميلهم إلى التغيير، كل ذلك أيضا يتفق مع طبيعة المرحلة العمرية التي يعيشها الطلاب وهي مرحلة المراهقة التي تتصف بكل تلك الصفات التي تدعوهم للتحدي والمنافسة وإثبات الذات.

أما بعد التحكم الذي جاء أخيرا فيتضح جليا من خلال اختيار الطلاب للعبارات التي احتلت المراتب الأولى من هذا البعد أن الطلاب كانوا أكثر إيمانا باعتمادهم على أنفسهم في نجاحهم وتحقيق أهدافهم، وأنهم استقلاليين أيضا ولديهم الاستطاعة لتسيير أمور حياتهم، كما أنهم يثقون بأنفسهم إلى درجة اتخاذ قراراتهم بأنفسهم، كما يتضح أيضا من العبارات التي جاءت في المراتب الأخيرة أن الطلاب المتضررين في هذا البعد لا يؤمنون بالفرص والحظوظ وإنما هي بالجد والمثابرة وبالسعي الدؤوب، وأن حياتهم تتأثر بقواها الداخلية النابعة من الذات أكثر من تأثرها بالقوى الخارجية.

ويعود تقارب المستوى بين المتضررين وغير المتضررين والتساوي في الترتيب إلى طبيعة المرحلة التي ينتمون إليها، وطبيعة البيئة المسلمة التي يعيشون فيها، وحجم الكارثة الذي جعل غير المتضررين يقفون عاجزين عن تقديم الدعم كما يجب تجاه إخوانهم وزملائهم وهم يغرقون ويموتون ويدمرون دون قدرتهم على تقديم يد العون والمساعدة لهم، من وجهة نظر الباحث أن كل ذلك جعلهم يعيشون نفس الشعور.

كما لم يكن هناك اختلاف كبير يذكر بين المتضررين وغير المتضررين إلا في الأولويات وهذا ناتج لطبيعة ظروف الكارثة الكبيرة جدا والغير متوقعة والملامسة لحياة كل الحالتين، حيث ظهر في بعد التحدي لدى المتضررين حبهم للإثارة وقدرتهم على مواجهة تحدياتها، وهذا يعود لخوضهم التجربة وإحساسهم رغم كل الألم بالمتعة من جراء التغيير الذي حدث وخاصة عند تقديم المساعدة للآخرين وإحساسهم ببعضهم البعض مما ساهم في التخفيف من حدة الموقف، بينما ظهر عند غير المتضررين أن مواجهة المشكلات وتحدياتها

اختبار قوي وصعب، ولم يكن لديهم حب استطلاع كما هو حال المتضررين، ومع أن غير المتضررين كانوا متألمين جدا لحال إخوانهم المتضررين وقدموا الدعم الذي يستطيعون إلا أنهم لم يستطيعوا أن يعبروا عن رغبتهم في خوض التجربة لكونها مؤلمة جدا، كما ظهر في بعد التحكم أن المتضررين كان لديهم القدرة لاتخاذ قراراتهم بأنفسهم لأن تلك المهارة تعرضت لمحك قوي كشف عنها وهو وقوعهم في الكارثة واعتمادهم على انفسهم في كثير من القرارات المصيرية في ظل غياب من يمكن استشارتهم، بينما الغير متضررين لم يظهر لديهم ذلك الجانب إلا في المراتب المتوسطة من هذا البعد.

اتفقت هذه النتيجة مع التراث النفسي كما ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد للحدث، واعتباره موقفا قابلا للتعايش.

واختلفت هذه النتيجة مع الكثير من الدراسات التي ظهر فيها مستوى الصلابة النفسية مرتفعاً مثل دراسة (ثابت،٢٠٠٧م؛ الرفاعي،٢٠٠٣م)

التساؤل الثاني:

ما مستوى المساندة الإجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

قام الباحث بحساب درجة القطع والمتوسطات والانحرافات المعيارية لإيجادمستوى المساندة الاجتماعية لطلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة كما في الجدولين (٢٢، ٢٣)

جدول (٢٢)

يوضح المتوسطات والانحرافات ومستوى المساندة الاجتماعية للمتضررين وغير المتضررين

المتغير	العينة	منخفض	متوسط	مرتفع	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى المساندة
المساندة الاجتماعية	المتضررين	٢٤	١٥٨	١٩	٧٢.١٨	٧.٤٦	متوسط
	غير المتضررين	٢٩	١٣٦	٤٦	٧٤.٦٣	٨.٣٥	متوسط

يتبين من الجدول (٢٢) أن منخفضي المساندة الاجتماعية من المتضررين بلغ عددهم (٢٤)، بينما بلغ عدد مرتفعي المساندة الاجتماعية من نفس العينة (١٩)، بينما بلغ عدد متوسطي المساندة الاجتماعية (١٥٨)، والتي كانت درجات إجاباتهم قد تراوحت بين (٥٧ -٧٨) درجة على مقياس المساندة الاجتماعية ، ويتضح من ذلك أن أغلب الطلاب المتضررين كان مستوى المساندة الاجتماعية لديهم بدرجة متوسطة، كما بلغ المتوسط العام للمساندة الاجتماعية (٧٢.١٨)، وبالتالي فإن المستوى العام للمساندة الاجتماعية لدى الطلاب المتضررين متوسطاً.

ويعود ذلك إلى كون طبيعة الكارثة المفاجئة والمباغتة لهم كان عائقا قويا لبلوغ مستوى المساندة الاجتماعية حد الارتفاع لدى الأغلبية، ويرى أن حدوث الكارثة في وقت مبكر في ظل انشغال الناس في أعمالهم

ومدارسهم شكّل عائقا كبيرا لحدوث المساعدات ووصولها حال الكارثة، ويرى الباحث أن مرتفعي المساندة الاجتماعية من المتضررين إما لكونهم في أطراف المناطق المتضررة، وبالتالي كانت خسائرهم أقل، وأما منخفضي المساندة وهي نسبة قليلة أيضا أعادها الباحث لكونهم من المناطق المتضررة أولا والمناطق الشعبية التي تقطن أطراف الشرق مواجهة لبداية السيول وهي مساكن قليلة ويصعب الوصول إليها.

كما تبين من الجدول (٢٢) أيضاً أن منخفضي المساندة الاجتماعية من غير المتضررين بلغ عددهم (٢٩) طالباً، ومرتفعي المساندة الاجتماعية من نفس العينة بلغ عددهم (٤٦) طالباً، بينما بلغ عدد متوسطي المساندة الاجتماعية (١٣٦) طالباً، والتي كانت درجات إجاباتهم قد تراوحت بين (٥٧ -٧٨) درجة على مقياس المساندة الاجتماعية، ويتضح من ذلك أن أغلب الطلاب غير المتضررين كان مستوى المساندة الاجتماعية لديهم بدرجة متوسطة، كما بلغ المتوسط العام للمساندة الاجتماعية (٧٤،٦٣)، وبالتالي فإن المستوى العام للمساندة الاجتماعية لدى الطلاب غير المتضررين متوسطاً.

ويُفسَّر كون مرتفعي المساندة من غير المتضررين أعلى من المتضررين، أنهم بنوا استجاباتهم على ما لمسوه من مساندة مقدمة للمناطق الأقل تضرراً وهي المناطق التي تقع في أطراف المناطق المتضررة وهي الأكثر ملامسة لغير المتضررين حيث أن المساندة الاجتماعية المقدمة لهم كانت كبيرة بحكم سهولة الوصول إليهم لتقديم كافة أنواع المساندة، ويرى الباحث أن عدم المساس المباشر بالكارثة وأبعادها يجعل الفرد الغير متضرر يشعر بأن المساندة الاجتماعية المقدمة أفضل.

جدول (٢٣)

يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي ومستوى أبعاد المساندة الاجتماعية

م	البعد	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	مستوى المساندة الاجتماعية	الترتيب
١	المساندة من قبل الأسرة	المتضررين	١٤،٣١	٢،٢٥	٧٩،٥٪	مرتفع	١
		غير المتضررين	١٤،٤١	٢،٣١	٨٠٪	مرتفع	
٢	المساندة من قبل الأصدقاء	المتضررين	٢٠،٣٣	٣،٣٧	٧٥،٣٪	مرتفع	٢
		غير المتضررين	٢٠،٩٧	٣،٣٩	٧٧،٧٪	مرتفع	
٣	المساندة من قبل الحكومة	المتضررين	١٦،٠٢	٣،٤٦	٥٩،٣٣٪	متوسط	٤
		غير المتضررين	١٧،٠٦	٣،١٢	٦٣،١٩٪	متوسط	
٤	الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة	المتضررين	٢١،٥٢	٣،٠٧٤	٧١،٧٪	مرتفع	٣
		غير المتضررين	٢٢،١٩	٣،٠٧٠	٧٤٪	مرتفع	

يتضح من الجدول (٢٣) أن أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية تأثيرا لدى الطلاب المتضررين هو المساندة من قبل الأسرة بمتوسط قدره (١٤،٣١) ووزن نسبي قدره (٧٩،٥٪)، ثم المساندة من قبل الأصدقاء بمتوسط قدره

(٢٠،٣٣) ووزن نسبي قدره (٧٥،٣٪)، ثم الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة بمتوسط قدره (٢١،٥٢) ووزن نسبي قدره (٧١،٧٪)، بينما جاء بعد المساندة من قبل الحكومة رابعاً بمتوسط (١٦،٠٢) وزن نسبي قدره (٥٩،٣٣٪).

كما اتضح من الجدول السابق أن أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية تأثيرا لدى الطلاب غير المتضررين هو المساندة من قبل الأسرة بمتوسط قدره (١٤،٤١) ووزن نسبي قدره (٨٠٪)، ثم المساندة من قبل الأصدقاء بمتوسط قدره (٢٠،٩٧) ووزن نسبي قدره (٧٧،٧٪)، ثم الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة بمتوسط قدره (٢٢،١٩) ووزن نسبي قدره (٧٤٪)، بينما جاء بعد المساندة من قبل الحكومة رابعاً بمتوسط (١٧،٠٦) وزن نسبي قدره (٦٣،١٩٪).

ويُلاحظ من خلال الجدول أن نتائج متوسطات عبارات بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة جاءت مرتفعة رغم الظّروف الطّارئة التي فرضتها عليهم السيول من صراعات نفسية أدت إلى خلخلة النسيج الاجتماعي من تفكك الأسر والانعكاسات السلبية، وعلى الرغم من ذلك في مجتمع مسلم تسوده الألفة والمحبة والتقرب إلى الله بمساعدة الأقرب فالأقر ب كان دور الأسرة هنا بارزا، وكانت الظروف إيجابية في هذا الجانب حيث عرّفت الأبناء بدور الأسرة المهم والوطيد في لم الشمل وتقديم يد العون، وقربت أفراد الأسرة من بعضها البعض وعرفتهم الدور الإيجابي الذي تقوم به الأسرة وقت الأزمات، وإن كان هناك من خلل وتقصير في جانب ما من جوانب المساندة فإن رعاية الأسرة لأبنائها منذ الصغر له أكبر الأثر في تعويض ضعف المساندة من قبل الأسرة في الكبر، ورغم ما يعانيه الطلاب المتضررين من ضغوطٍ شخصية وانفعالية تتعلق بالأضرار المترتبة على السّيول، الذي يؤدي إلى التفرقة بين أفراد الأسرة، وكذلك تفكك النسيج الاجتماعي من تفكك الأسر والإنعكاسات السلبية، إلا أنهم يدركون حجم المساندة الاجتماعية المقدمة لهم وذلك بوقوف أفراد أسرهم إلى جانبهم عند الشدائد، إضافة إلى إدراكهم الحقيقي لما يتلقو من مساندة معنوية ومادية من والديهم، حيث أن ذلك يؤكدمسئولية الأسرة الذي أكد عليه ديننا الإسلامي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه الدراسات في المساندة الإجتماعية كدراسة كلٍ من (الشناوي وعبدالرحمن،١٩٩٤؛ مخيمر،١٩٩٧م؛ دياب،٢٠٠٦م؛ أبوطالب،٢٠١١م)، حيث تتناول البعد الانفعالي العاطفي المتبادل بين الفرد ومجتمعه فهو يحتاج للآخرين والآخرون يحتاجون إليه كل حسب استطاعته وإمكاناته، أي أنها مساندة عاطفية تقدم لمن يحتاجها من الطرفين في الوقت المناسب.

وترى كل من أسماء السرسي وعبدالمقصود(٢٠٠٠م) أن للمساندة الاجتماعية أهميتها في الحياة المدرسية، حيث تعمل على زيادة الدافعية والوصول إلى الأهداف المنشودة في مرحلة المراهقة.

كما يركز مخيمر(١٩٩٧م) على أن لاختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد دورها في اختلاف مصادر المساندة الاجتماعية ورضا الفرد عنها، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في الأسرة أو من يقوم مقامها، وفي مرحلة المراهقة تتمثل المساندة في الأصدقاء والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوج أو الزوجة وعلاقت العمل والأبناء.

التساؤل الثالث:

ما مستوى الاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة؟

قام الباحث بحساب درجة القطع لإيجاد مستوى الاكتئاب لطلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة كما في الجدول (٢٤)

جدول (٢٤)

يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي ومستوى الاكتئاب

المتغير	العينة	منخفض	متوسط	مرتفع	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	مستوى الاكتئاب
الاكتئاب	المتضررين	٢٢	١٣٩	٤٠	١١٢.٩٥	١٠.٦١٩	٦٠٪	متوسط
	غير المتضررين	١٩	١٧٦	١٦	١١١.٠٩	٨.٣٤١	٥٩.١٪	متوسط

يتضح من الجدول (٢٤) أن مستوى الاكتئاب لدى المتضررين كان منخفضاً لدى (٢٢) طالباً، ومرتفعاً لدى (٤٠) طالباً، بينما كان متوسطا عند الغالبية حيث كان عدد الطلاب متوسطي الاكتئاب (١٣٩) طالباً، بينما كان مستوى الاكتئاب لدى غير المتضررين منخفضاً لدى (١٩) طالباً، ومرتفعاً لدى (١٦) طالباً، بينما كان الاكتئاب متوسطاً عند الغالبية، حيث كان عدد الطلاب متوسطي الاكتئاب (١٧٦) طالباً، ويعيد الباحث زيادة متوسطي الاكتئاب في عينة المتضررين وانخفاض مرتفعي الاكتئاب لديهم إلى الدعم الاجتماعي الذي تلقوه وخفف كثيرا من ضغط الكارثة، بالإضافة إلى الفاصل الزمني بين وقوع الكارثة وتطبيق الدراسة، أما منخفضي الاكتئاب فيعود ذلك إما إلى تلقيهم أكبر كم من المساندة، أو أنهم أقل تضرراً، أما غير المتضررين فكانت نسبة متوسطي الاكتئاب أكبر، فيعود ذلك إلى عامل مهم وهو عامل التفكير في الكارثة وماذا لو حل بهم ما حل بقرنائهم، فقد يكون هذا الهاجس مسيطر على تفكيرهم ويراودهم بين فترة وأخرى خاصة مع اقتراب موسم الأمطار، وكلما تذكروا زملاءهم الذين قضوا في الكارثة إما بالموت أو التشريد، كل هذه الذكريات المؤلمة قد تكون هي المسيطرة على تفكيرهم، ويرى الباحث أن نتيجة تقارب مستوى الاكتئاب عند المتضررين وغير المتضررين منطقية جدا خاصة وأنهم يعيشون في نفس البيئة ومعرضون للأخطار حسب تصريحات الهيئة العامة للأرصاد التي تطالعهم بالتحذيرات بي وقت وآخر، وكذلك لكونهم في نفس المرحلة العمرية.

كما يلاحظ من الجدول (٢٤) أن الاكتئاب لدى المتضررين بلغ وزنه النسبي (٦٠٪)، ولدى غير المتضررين بلغ ما نسبته (٥٩.١٪)، يلاحظ الباحث أن الفرق ليس جوهريا بين المتضررين وغير المتضررين، ويُعدُّ ذلك في صالح المتضررين كونهم استطاعوا التغلب على أحلك الظروف التي مروا بها من جراء ما اجتاحهم من السيول المدمرة، كما يرى الباحث أن الفاصل الزمني الذي تم بعده تطبيق المقياس كان له الأثر في ظهور تلك النتيجة، وذلك بعد انخفاض مشاعر التوتر والقلق والحزن التي أصابتهم نتيجة الفقد والتشتت، كما

أن المساندة الاجتماعية الأسرية ومن الأصدقاء والزملاء لها الأثر في التخفيف وتشكيل مصدر واقي من آثار الضغوط خلال فترة تعد قريبة من الحادثة، وأن مشاعر الاطمئنان بدأت واضحة على المتضررين من نتيجة المقياس، ويعود ذلك إلى أن مشاريع تحويل مجرى السيول وإنشاء السدود قد بُدئ في تنفيذها في جميع مناطق المحافظة، كما أنه تم تجفيف بحيرة الصرف الصحي الواقعة شرق محافظة جدة، كل ذلك كان له أكبر الأثر في تخفيف مشاعر الضغط على المتضررين وغير المتضررين.

ويتفق ذلك مع الإطار النظري حيث أشار الشربيني(٢٠١١م)إلى أن ضغوط الحياة هي العامل الذي قد يتسبب في الاضطرابات النفسية ومنها الاكتئاب، وإذا كان لدى كل شخص منا همومه الخاصة التي تمثل ضغوطاً ومشكلات عليه أن يواجهها، فهناك أيضاً أسباب تتعرض لها الناس بصورة جماعية قد تسهم في اختلال التوازن النفسي لهم ثم تسبب لهم حالات الاكتئاب.

واتفقت هذه النتيجة مع (مخيمر،١٩٩٧م ؛ Dean,er al,1990) على أنه كلما زادت أحداث الحياة الضاغطة كلما كان ذلك أدعى لاسترجاع المشاعر السلبية من حزن وضيق وبالتالي الشعور بالاكتئاب.

الفرض الأول:

لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الصلابة النفسية وبين درجاتهم في المساندة الاجتماعية.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجته الكلية و أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية و يوضح الجدول (٢٥) النتائج:

جدول (٢٥)

معامل الارتباط بين ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجته الكلية و أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية

الأبعاد	العينة	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية
المساندة من قبل الأسرة	المتضررين	٠,٣٤٧❖❖	٠,٢١٠❖❖	٠,١٨١❖	٠,٣١٩❖❖
	غير المتضررين	٠,٣٠٧❖❖	٠,١٩٠❖❖	٠,٢٢٩❖❖	٠,٣٠٨❖❖
المساندة من قبل الأصدقاء	المتضررين	٠,٣٠٨❖❖	٠,٣١٧❖❖	٠,٢٥٤❖❖	٠,٣٧٢❖❖
	غير المتضررين	٠,٤١٤❖❖	٠,٢٢٧❖❖	٠,٣٤٢❖❖	٠,٤١٩❖❖
المساندة من قبل الحكومة	المتضررين	-٠,١٧٠❖	-٠,٠٩٤	-٠,١٨٤❖❖	-٠,١٩٨❖❖
	غير المتضررين	٠,٠٢٦	-٠,٠٣١	-٠,٠٤٥	-٠,٠١٧
الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية	المتضررين	٠,٣١٧❖❖	٠,١٥٦❖	٠,١٧٨❖	٠,٢٨٥❖❖
	غير المتضررين	٠,٣٨٢❖❖	٠,١٢٤	٠,٢٥٠❖❖	٠,٣٢٩❖❖
الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	المتضررين	٠,٢٩٥❖❖	٠,٢٢٧❖❖	٠,١٥٧❖	٠,٢٩٠❖❖
	غير المتضررين	٠,٤٠٣❖❖	٠,١٧٩❖❖	٠,٢٧٨❖❖	٠,٣٧٠❖❖

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

❖وجود دلالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول (٢٥) عدم صحة الفرض الأول حيث يتبين وجود علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين جميع أبعاد المساندة الاجتماعية ودرجتها الكلية ماعدا بعد المساندة من قبل الحكومة وجميع أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية للطلاب غير المتضررين، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين جميع أبعاد المساندة الاجتماعية ودرجتها الكلية ماعدا بعد المساندة الحكومية مع بعد التحكم من أبعاد الصلابة النفسية للطلاب المتضررين، حيث كان الارتباط بين المتغيرين طردي، أي أنه كلما زاد مستوى الصلابة النفسية زاد مستوى المساندة الاجتماعية، ويظهر أن أكثر أبعاد الصلابة النفسية تأثيرا في المساندة الاجتماعية هو بعد الالتزام ويليه التحدي، ويأتي التحكم أخيرا، ويظهر أن بعد الالتزام لدى الطلاب المتضررين وغير المتضررين تجاه أنفسهم وأهدافهم وقيمهم والآخرين من حولهم جعلهم يدركون قيمة علاقاتهم التي بنوها مع الآخرين، وأهمية توطيدها والحفاظ عليها، كما أن الالتزام جعلهم يحددون شكل المساندة التي يحتاجونها في مثل هذه المواقف، كما يظهر للباحث أن المساندة الاجتماعية التي تلقوها تفاعلت إيجابيا مع خصائص الشخصية لديهم، مما أدى إلى تشكيل المساندة الاجتماعية كبعد نفسي اجتماعي إلى داعم يقوي الصلابة النفسية لديهم، كما يلاحظ الباحث أن المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة التي لم تكن بالشكل المأمول، ولم تستطع أن تغطي كافة المناطق المتضررة في الوقت الذي كانوا هم في أمس الحاجة لهم ولدعمهم الذي لا تستطيع أي جهة أخرى تنفيذه، كل ذلك أشعرهم بأن لا قيمة لهم، وتعارض مع الكثير من قيمهم وولائهم لها، وبالتالي هذا أثر على التحكم والتحدي لديهم.

وأيدت الدراسات التأثير المتبادل للصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، كدراسة جانيلين وبلاني فالمساندة الاجتماعية تقوي الصلابة النفسية، ومدى إدراك الفرد المعرفي لصلابته النفسية يؤدي إلى تحديده إلى المساندة الاجتماعية التي يحتاجها، فتأثير المساندة الاجتماعية قوي على جهازي المناعة النفسية والجسمية في مواقف الكوارث والأزمات، حيث وجد الباحثون أن جهازي المناعة يضعفان عند الإنسان عند مواجهة الأزمات والنكبات بمفرده مما يجعله عرضة للقلق والاكتئاب، وإذا وجد المساندة الاجتماعية في الأزمات فإن جهازي المناعة النفسية والجسمية عنده يستعيدان عافيتهما بسرعة بفضل المناعة التي ولدت مشاعر الطمأنينة لديه، وبالتالي تسهم في تحويل أفكاره السلبية والانهزامية إلى أفكار المواجهة والتحدي والإيجابية، وكما أشارت كوبازا وبوستي(١٩٨٣م)إلى أن الصلابة النفسية عندما تقترن بمساندة اجتماعية فاعلة فإنها تجعل الفرد أكثر إيجابية في مواجهة الضغوط، كما أنها تلعب دورا هاما في مقاومة الضغوط، وكما في دراسة مخيمر(١٩٩٧م) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الأولى التي تنص على أنه لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الأول لا يعتبر مقبولاً.

الفرض الثاني:

لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الصلابة النفسية وبين درجاتهم في الاكتئاب.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وكل بعد من أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية و يوضح الجدول (٢٦) النتائج:

جدول (٢٦)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وكل بعد من أبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية

الأبعاد	العينة	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية للصلابة النفسية
الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	المتضررين	-٠,٠٨٢	٠,٠٤٢	**٠,٢٢٢	٠,٠٧٩
	غير المتضررين	-٠,٠٣٦	-٠,٠٩٨	-٠,٠٠٤	-٠,٠٥٤

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢٦) صحة الفرض الثاني حيث يتبين عدم وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وابعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية ماعدا بعد التحدي للمتضررين الذي وجد به علاقة طردية حيث كان معامل بيرسون للارتباط (٠,٢٢٢)، يرى الباحث أن بعد التحدي واعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على حياته هو أمر مثير وضروري للنمو، كما يرى أنه يساعده على اقتحام المشكلات ومحاولة حلها، حيث يكون لديه عنصر المبادأة والاستكشاف، كل ذلك التفاعل الذي يحصل عند المواقف والأزمات لابد وأن يصاحبه تأثير على الصحة النفسية للفرد، خاصة وأن خوض التجارب والمغامرة والمبادرة عند الأزمات لها أخطارها المحدقة بالفرد وبالتالي يتضح لدى الشباب أن عنصر التحدي دائما ما يصاحبه القلق والاكتئاب الناتج عن غموض المستقبل وما يحمله من مواقف وأزمات غير متوقعة، ويزيد الأمر سوءا إذا اعتقد أنه لن يكون حوله من يسانده، وهذا يتفق مع ما يراه كل من هولاهان وموس (Holahan & Moos,1985) من أن الصحة النفسية والمرض النفسي تعتمدان على كفاءة المصادر النفسية والاجتماعية، فكلما كان اعتقاد الفرد في فاعليته وفي اعتقاده بكفاءة علاقاته الاجتماعية كلما كان أكثر صحة جسمية ونفسية، أما إذا ارتبط اعتقاد الفرد بعدم فاعليته وعدم كفاءة علاقاته الاجتماعية فإنه سيجعله أكثر اكتئابا وأكثر قلقا تجاه المستقبل، وما يحمله من أزمات، كما يرى روس وكوهين (Roos & Cohen,1987) أن افتقاد الفرد للصلابة النفسية يصبح عرضة للأمراض النفسية والجسمية، كما تتفق مع دراسة مخيمر(١٩٩٧م) التي دلت على أن صحة الفرد النفسية والجسمية تعتمدان على تقييمه لمدى فاعلية مصادره النفسية (الصلابة النفسية)، والاجتماعية (المساندة الاجتماعية)، فإذا كان تقييمه لتلك المصادر بعدم الكفاءة يجعله ذلك يبالغ في تقييم الأحداث وتوقع الخطر والشر، وذلك بالتالي سيقلل من من قدرته على مواجهتها فيكون الفشل المتوقع، ثم الشعور بالعجز إذا تكرر ذلك ، ثم الاكتئاب.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الثانية التي تنص على أنه لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الثاني يعتبر مقبولاً.

الفرض الثالث:

لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في المساندة الاجتماعية وبين درجاتهم في الاكتئاب.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وكل بعد من أبعاد المسانده الاجتماعية ودرجته الكلية و يوضح الجدول (٢٧) النتائج.

جدول (٢٧)

معامل الارتباط بين ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجته الكلية و الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب

الأبعاد	العينة	المساندة من قبل الأسرة	المساندة من قبل الأصدقاء	المساندة من قبل الحكومة	الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة	الدرجة الكلية لمقياس المسانده الاجتماعية
الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	المتضررين	–٠,٢٣٨❖❖	–٠,١٢٠	–٠,٠٣٧	–٠,٢٤٥❖❖	–٠,٢٤٤❖❖
	غير المتضررين	–٠,١٣٦❖❖	٠,٠٠٧	–٠,٢٤٢❖❖	–٠,٢٥٦❖❖	–٠,٢٢٠❖❖

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢٧) عدم صحة الفرض الثالث حيث يتبين وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين ابعاد المساندة الاجتماعية ودرجته الكليه مع الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب ماعدا بعد المساندة من قبل الاصدقاء للمتضررين وغير المتضررين، وبعد المساندة الحكومية للمتضررين، وكان الارتباط عكسي بين المتغيرين، وهذا يعني وجود مستوى من المساندة الاجتماعية المدركة لدى أفراد عينة الدراسة ساعد في خفض مستوى الاكتئاب لديهم وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (دين وآخرون، ١٩٩٠م؛ عبد الله، ١٩٩٥م) والتي أشارت إلى وجود علاقة سالبة بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب.

كما تتفق مع الإطار النظري المُفسِّر للمساندة الاجتماعية والذي يرى أن دور المساندة الاجتماعية يتمثل في حماية الأفراد من التعرض للاضطرابات النفسية الناتجة عن الأزمات والأحداث الضاغطة.

كما يُفسَّر ذلك على أن إدراك الطالب بأن هناك مجموعة مُسانِدة له سواء من الأسرة أو الأقارب أو الجهات الحكومية، تعينه على تجاوز هذه المرحلة ساهمت إيجابياً في تخفيض مستوى الاضطرابات النفسية لديه مما يؤكد على أهمية دور المساندة الاجتماعية الواقي من الاضطرابات النفسية المصاحبة للكوارث، ويتضح ذلك من خلال الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الثالثة التي تنص على أنه لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس المساندة الاجتماعية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الثالث لا يعتبر مقبولاً.

الفرض الرابع:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر).

للتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر)، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢٨)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر -غير متضرر)

البعد	حالة الطالب				قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متضرر		غير متضرر			
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
الالتزام	٣٥,٤٣	٣,٨٨٧	٣٧,٠٦	٤,٣٧٢	٤,٠٠١	٠,٠٠٠**
التحكم	٢٩,٣٩	٢,٨٧٧	٣٠,٣٩	٣,٣٠٤	٣,٢٨٧	٠,٠٠١**
التحدي	٣٥,٠٩	٣,٨٤١	٣٦,٢٢	٣,٨٣٣	٢,٩٩٧	٠,٠٠٣**
الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية	٩٩,٩١	٨,٢٨٤	١٠٣,٦٨	٩,٢٣٥	٤,٣٦٣	٠,٠٠٠**

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢٨) وجود فروق ذات دلاله احصائية لمتوسط درجات طلاب المرحله الثانوية لأبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين حيث كانت متوسط درجة بعد الالتزام للطلاب غير متضررين (٣٧,٦) أكبر من متوسط درجة بعد الالتزام للطلاب المتضررين (٣٥,٤٣) وبلغ متوسط درجة بعد التحكم للطلاب غير متضررين (٣٠,٣٩) أكبر من متوسط درجة بعد التحكم للطلاب المتضررين (٢٩,٣٩) وبلغ متوسط درجة بعد التحدي للطلاب غير متضررين (٣٦,٢٢) أكبر من متوسط درجة بعد التحدي للطلاب المتضررين (٣٥,٠٩) وبلغ متوسط الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للطلاب غير متضررين (١٠٣,٦٨) أكبر من متوسط الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للطلاب المتضررين (٩٩,٩١)، وقد كانت هذه الفروق داله عند مستوى ٠,٠٥، بمعنى أن غير المتضررين أكثر صلابة من المتضررين، وبالتالي هم أكثر قدرة على الالتزام تجاه أنفسهم وأهدافهم وقيمهم لتحقيق ذواتهم، ويبدو أن اعتقاد الفرد باستقلاله الذاتي والقدرة على التحكم في الأحداث إنما يتم في إطار جو آمن تسوده الطمأنينة والاستقرار النفسي ويتمتعون بقدر عالي من الاتزان الانفعالي الذي يجعلهم قادرين على التحدي في سبيل تحقيق رغباتهم وأهدافهم وتدفعهم إلى التقدم والنجاح وتجعلهم أسرع إنجازا وأكثر توطيدا للعلاقات مع المحيطبن بهم، كونهم يعيشون مع أسرهم وبجانب أصدقائهم وزملائهم ولم تؤثر عليهم مشاعر الفقد والتشتت كحال إخوانهم المتضررين، وبالتالي وهم أكثر تحكما في الظروف التي تحيط بهم ، وأن تعرض الفرد للمخاطر والأزمات والنكبات يؤثر على خصائص الشخصية لديه ومنها صلابته النفسية ويؤثر على

جهازي المناعة النفسية والجسمية، وبما أن الصلابة النفسية تعمل جنباً إلى جنب مع المساندة الاجتماعية، فإنه في ظل توافر المساندة الاجتماعية الكافية تقوى الصلابة النفسية، وفي ظل عدم تواجد المساندة الكافية تضغف الصلابة النفسية، وهذه تتفق مع ما ذكره جانيلين وبلاني (Ganellen & Blaney,1984)، ومع ما أشارت إليه كوبازا وبوستي (Kobaza & Puccetti,1983) من أن الصلابة النفسية إذا اقترنت بجو من الاستقرار والأمان والدعم الاجتماعي النفسي كلما كان الإنسان أكثر إيجابية وأكثر قوة في تحقيق ذاته وأهدافه، كما تتفق هذه النتيجة جزئيا مع كل من (عودة،٢٠١٠م؛ دياب،٢٠٠٦م).

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الرابعة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصلابة النفسية ترجع لحالة الطالب (متضرر - غير متضرر)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الرابع لا يعتبر مقبولاً.

الفرض الخامس:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي. وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢٩)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين في الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي(شرعي -طبيعي)

البعد	العينة	التخصص الدراسي				قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
		شرعي		طبيعي			
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
الالتزام	المتضررين	٣٤,٦٨	٢,٩٦٥	٣٥,٧٤	٤,٢٧٨	٢,٠٧١	٠,٠٣٩**
	غير المتضررين	٣٦,٤٧	٤,٣٨٩	٣٧,٣٧	٤,٣٤٧		
التحكم	المتضررين	٢٨,٨٤	٢,٦١٩	٢٩,٦٨	٢,٩٧٥	١,٨٢٨	٠,٠٦٨
	غير المتضررين	٣٠,١٧	٣,١١٧	٣٠,٥١	٣,٤٠٢		
التحدي	المتضررين	٣٤,٤	٣,٣٤٧	٣٥,٦٥	٣,٩٨١	٢,٤٨١	٠,٠١٤**
	غير المتضررين	٣٠,٩٧	٣,٥٣٢	٣٦,٣٥	٣,٩٨٥		
الدرجة الكلية للمقياس	المتضررين	٩٧,٧٤	٨,٧٨٤	١٠١,٠٧	٦,٧٩٩	٢,٦٩٢	٠,٠٥٧
	غير المتضررين	١٠٢,٦١	٨,٨١٥	١٠٤,٢٣	٩,٤٢٩		

* *وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية، بينما توجود فروق ذات دلاله احصائية لمتوسط درجات طلاب المرحله الثانوية لكل من بعدي الالتزام والتحدي من أبعاد الصلابة النفسية ترجع للتخصص الدراسي (شرعي -طبيعي) لصالح طلاب التخصص (طبيعي) متضررين وغير المتضررين، حيث كانت متوسط درجة بعد الالتزام لطلاب التخصص (طبيعي) متضررين (٣٥,٧٤) أكبر من متوسط درجة بعد الالتزام لطلاب التخصص (شرعي) متضررين التي بلغت (٣٤,٦٨)، وكان متوسط درجة بعد الالتزام لطلاب التخصص (طبيعي) غير المتضررين (٣٦,٧٤) أكبر من متوسط درجة بعد الالتزام لطلاب التخصص (شرعي) غير المتضررين التي بلغت (٣٤,٦٨)، وكان متوسط درجة بعد التحدي لطلاب التخصص (طبيعي) متضررين (٣٥,٦٥) أكبر من متوسط درجة بعد التحدي لطلاب التخصص (شرعي) متضررين التي بلغت (٣٤,٤)، وكان متوسط درجة بعد التحدي لطلاب التخصص (طبيعي) غير المتضررين (٣٦,٣٥) أكبر من متوسط درجة بعد التحدي لطلاب التخصص (شرعي) غير المتضررين التي بلغت (٣٠,٩٧)، وقد كانت هذه الفروق داله عند مستوى ٠,٠٥، وبلغت قيمة (ت) لأبعاد الصلابة النفسية على التوالي (٢,٠٧١، ١,٨٢٨، ٢,٤٨١)، وبلغت قيمة (ت) للدرجة الكلية (٢,٦٩٢)، ويُفسَّر ذلك على أساس أن طلاب التخصص (طبيعي) من المتضررين وغير المتضررين غالباً ما يكون اختيارهم لتخصصاتهم عائداً إلى ميولهم واتجاهاتهم الشخصية وقراراتهم التي بنيت على قدراتهم التي ستمكنهم من البروز في هذا التخصص لتحقيق أهدافهم ومن ثم تحقيق ذواتهم، خاصة وأن طبيعة المرحلة التي يمرون بها تتسم بالميل إلى الاستقلالية في اتخاذ القرار وتحديد المصير، وتقديرهم لذاتهم، وكل ذلك يتفق مع تعريف بعدي الالتزام، والتحدي.

ويتفق ذلك مع ما أسماه راتر Rutter بالمتغيرات الواقية التي هي سمات الشخصية (الاستقلالية، تقدير الذات العالي)،والمتغيرات الأسرية ويعني بها(ترابط الأسرة وتماسكها، وإدراك الدفء الوالدي).

ويرى الباحث أن هذا لا يعني أن طلاب التخصص (شرعي) لا يملكون ذلك القدر من الثقة بالنفس واتخاذ القرار والقدرة على التحدي لاختيار تخصصاتهم، ولكن طلاب التخصص (شرعي) غالباً ما يكون اختيارهم لذلك التخصص عائداً إلى ضعف معدلاتهم التي لا تؤهلهم لاختيار التخصص الطبيعي، وضعف معدلاتهم عائد لعدة أسباب منها أنهم قد لا يملكون الكفاءة الذاتية التي تدفعهم للإنجاز.

كما يتصف طلاب التخصص (طبيعي) بميلهم إلى التفكير المنطقي السليم الذي يساعدهم في التغلب على مشكلاتهم، ويجعل إدراكهم لكفاءتهم وقدراتهم عالياً، وبالتالي يكون تقييمه للحدث واقعياً.

وهذا يتفق مع ما يراه باندورا Bandora من أن الأشخاص الذين لديهم مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقودهم إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك(حمادة، عبداللطيف،٢٠٠٢م).

ويعزو الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للمقياس إلى أن فترة التخصص فترة قصيرة لا تعدوا السنتان وهي فترة لا تحقق التمايز بين الطلاب في جوانب كثيرة من سماتهم، وتتفق هذه

النتيجة مع ما توصل إليه المفرجي والشهري(٢٠٠٨م) من أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية ككل تبعا لمتغير التخصص ويُعزو الباحثان ذلك إلى أن الصلابة النفسية سمة شخصية ترتبط في وجودها بعوامل شخصية وأسرية لا تقل أهمية عن العوامل المدرسية كما أن التخصص الدراسي يدعم الصلابة النفسية ولا يقلل منها لأن اختيار الطالب (الطالبة) للتخصص قد يكون بناءً على ميوله واتجاهاته.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الخامسة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي - طبيعي)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الخامس تحقق جزئياً.

الفرض السادس:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر).

للتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب في المساندة الاجتماعية ترجع لحالةالطالب(متضرر -غير متضرر).وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٠)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر - غير متضرر)

البعد	حالة الطالب				قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
	متضرر (ن = ٢٠١)		غير متضرر (ن = ٢١١)			
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
المساندة من قبل الأسرة	١٤,٣١	٢,٢٤٦	١٤,٤١	٢,٣١٠	٠,٤٤١	٠,٦٥٩
المساندة من قبل الأصدقاء	٢٠,٣٣	٣,٣٧٤	٢٠,٩٧	٣,٣٩٨	١,٩١٣	٠,٠٥٦
المساندة من قبل الحكومة	١٦,٠٢	٣,٤٦٦	١٧,٠٦	٣,١٢٣	٣,١٨٤	٠,٠٠٢❖❖
الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية	٢١,٥٢	٣,٠٧٤	٢٢,١٩	٣,٠٧٠	٢,٢٣٦	٠,٠٢٦❖❖
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	٧٢,١٨	٧,٤٦٩	٧٤,٦٣	٨,٣٥٢	٣,١٣٥	٠,٠٠٢❖❖

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٣٠) وجود فروق ذات دلاله احصائية لمتوسط درجات طلاب المرحلة الثانوية لكل من بعد المساندة من قبل الحكومة وبعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية بالإضافة الى الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر - غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين حيث كانت متوسط درجة المساندة من قبل الحكومة للطلاب غير متضررين (١٧,٠٦) أكبر من متوسط درجة بعد المساندة من قبل الحكومة للطلاب المتضررين (١٦,٠٢) وبلغ متوسط درجة بعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية للطلاب غير متضررين (٢٢,١٩) أكبر من متوسط درجة بعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة

الاجتماعية للطلاب المتضررين (٢١,٥٢) وبلغ متوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية للطلاب غير متضررين (٧٤,٦٣) أكبر من متوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية للطلاب المتضررين (٧٢,١٨) ، وقد كانت هذه الفروق داله عند مستوى ٠,٠٥.

وتُعد النتيجة منطقية وتتناسب مع التراث النفسي، خاصة في كون أنه لا توجد فروق في بعدي المساندة من قبل الأسرة، والمساندة من قبل الأصدقاء بين المتضررين وغير المتضررين، ويعود ذلك إلى أن المتضررين وغير المتضررين كل يعيش في بيئته ومع أسرته وأصدقائه الذين يشكلون له الداعم الاجتماعي والنفسي الحقيقي، والذي يجعله يتغلب على ضغوط الحياة اليومية، والطارئة كما حدث مع المتضررين، رغم ما يعيشه المتضررين من مشاعر حزن وألم نتيجة الفقد والتشتت، إلا أنهم كانوا يشعرون بمساندة أقوى وفاعلة ممن تبقى لهم من الأهل والأقارب والأصدقاء، مما جعل الفروق تكون بينهم وبين غير المتضررين طفيفة.

وتتفق هذه النتيجة مع نموذج الأثر الداعم أو الواقي للمساندة الاجتماعية، حيث شكلت المساندة من قبل الأسرة والأصدقاء دعما واقيا تجاه الأحداث الضاغطة المستقبلية والحالية للمتضررين وغير المتضررين.

ويعود وجود فروق دالة إحصائيا بين المتضررين وغير المتضررين في بعد المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة، وبعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية لصالح غير المتضررين على عكس المتوقع، إلى طبيعة الكارثة وحجمها، فطبيعة الكارثة التي ضربت شرق محافظة جدة المباغتة وعنصر المفاجأة، وقف حائلا ضد وصول المساندة الحكومية العاجلة للأفراد التي يسكنون في تلك المناطق، وكذلك عدم الاستعداد الكافي من الجهات الحكومية لمثل هذه الكوارث كونها نادرة الحدوث في محافظة جدا، وأما حجمها فقد كان كبيراجدا وممتدا إلى درجة أنها وصلت إلى وسط المحافظة في بعض الجهات.

ولكون الصدمة قوية ويصاحبها انفعالات وتصرفات مفاجئة، فذلك يسبب خللا في إصدار الأحكام على المساندة المقدمة، فقد يكون المتضررين بنوا استجاباتهم عن المساندة الحكومية بناء على ما قُدّم لهم فور وقوع الكارثة من قبل الجهات الحكومية، وهذا يكاد يكون بسيط جدا، إلا من بعض اجتهادات فردية من أفراد ينتمون إلى هذه الجهات كانوا في موقع الكارثة وفاجأتهم كما فاجأت ساكني تلك الأحياء، فما كان منه إلا أن تصرف باجتهادات شخصية منه في إنقاذ ما يمكن إنقاذه كونه شعر بالمسئولية أولا، وإلى كونه محط أنظار ساكني تلك الأحياء المستجيرين به بعد الله، خاصة وهو يسمع صيحات الاستنجاد وبكاء الأطفال، أما قياس المتضررين لما قُدّم من المساندة الحكومية للمتضررين من كارثة السيول كان بناء على ما سمعوه من الجهات الإعلامية عبر وسائل الإعلام، وبناء على ما قُدّم بعد وقوع الكارثة، خاصة وأنهم لم يلمسوا الأثر الحقيقي للكارثة وأبعادها.

ومن خلال مقارنة نتائج دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في المساندة الاجتماعية تعود إلى حالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر) يُلاحظ وجود تباين بسيط لصالح غير المتضررين،

بالرغم من المعاناة التي عاناها الطلاب المتضررين الذين تعرضوا لكارثة السيول، إلا أنهم يحتفظون بمستوى عال من المساندة الاجتماعية، وذلك لأن الإنسان اجتماعي بطبعه يحتاج إلى المؤازرة في السراء والضراء، يحتاج إلى من يقترب منه ومن يواسيه ويخفف عنه الآلام والمصائب، كما يحتاج إلى من يفرح معه عندما يشعر بالنجاح.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية السادسة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض السادس تحق جزئياً.

الفرض السابع:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بإجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين في المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي. وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣١)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين في المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي(شرعي -طبيعي)

البعد	العينة	التخصص الدراسي				قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
		شرعي		طبيعي			
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
المساندة من قبل الأسرة	المتضررين	١٤,٠٠	٢,١٥٤	١٤,٤٧	٢,٢٨٥	٠,٧٧٤	٠,٤٣٩
	غير المتضررين	١٤,٤٧	٢,٤٠٣	١٤,٣٧	٢,٢٦٩		
المساندة من قبل الأصدقاء	المتضررين	١٩,٨٩	٣,٣٨٦	٢٠,٥٦	٣,٣٥٦	١,٥٩٢	٠,١١٢
	غير المتضررين	٢٠,٦٨	٣,٣٦٤	٢١,١٢	٣,٤١٨		
المساندة من قبل الحكومة	المتضررين	١٦,٨٣	٣,٠٨٨	١٥,٦٠	٣,٥٩٠	٢,٩٥٣	٠,٠٠٣**
	غير المتضررين	١٧,٥٧	٣,١٩٣	١٦,٨٠	٣,٠٦٥		
الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة	المتضررين	٢١,٣٩	٢,٦٨٨	٢١,٥٩	٣,٢٧	٠,٧٢٨	٠,٤٦٧
	غير المتضررين	٢٢,٠٣	٢,٩٥٠	٢٢,٢٨	٣,١٣٧		
الدرجة الكلية	المتضررين	٧٢,١٠	٦,٤٣٦	٧٢,٢٢	٧,٩٩٠	٠,٠١٧	٠,٩٨٧
	غير المتضررين	٧٤,٧٥	٨,٥٠٣	٧٤,٥٧	٨,٣٠٢		

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٣١) عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية تعود لمتغير التخصص(شرعي -طبيعي)، بينما توجد فروق ذات دلاله احصائية لمتوسط درجات طلاب المرحله الثانوية لبعد المساندة من قبل الحكومة في المساندة الاجتماعية ترجع للتخصص الدراسي (شرعي -طبيعي) لصالح طلاب التخصص (شرعي) متضررين وغير متضررين، حيث كان متوسط درجة المساندة من قبل الحكومة لطلاب التخصص (شرعي) متضررين (١٦,٨٣) أكبر من متوسط درجة بعد المساندة من قبل الحكومة لطلاب التخصص (طبيعي) متضررين التي بلغت (١٥,٦٠)، وكان متوسط درجة المساندة من قبل الحكومة لطلاب التخصص (شرعي) غيرالمتضررين (١٧,٥٧) أكبر من متوسط درجة بعد المساندة من قبل الحكومة لطلاب التخصص (طبيعي) غير المتضررين التي بلغت (١٦,٨٠)، وقد كانت هذه الفروق داله عند مستوى ٠,٠٥، وبلغت قيمة (ت) لأبعاد المساندة الاجتماعية على التوالي (٠,٧٧٤، ١,٥٩٢، ٢,٩٥٣، ٠,٧٢٨)، وبلغت قيمة (ت) للدرجة الكلية (٠,٠١٧)، ويُفسَّر ذلك على أساس أنهم يعيشون في بيئة متقاربة تماماً ويتلقون دعماً متقاربا لا يلاحظ عليه فروقاً جوهرية.

وهذه النتيجة تتفق مع توصلت إليه دراسة أبوطالب (٢٠١١م) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في المساندة الاجتماعية دى أفراد العينة وفقاً لمتغير التخصص الدراسي.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية السابعة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض السابع يعتبر مقبولاً.

الفرض الثامن:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر).

للتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر -غير متضرر)، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٢)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر)

حالة الطالب	متوسط درجة مقياس الاكتئاب	الانحراف المعياري	العدد	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
متضرر	١١٢,٩٥	١٠,٦١٩	٢٠١	١,٩٦٦	٠,٠٥*
غير متضرر	١١١,٠٩	٨,٣٤١	٢١١		

*وجود دلالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول (٣٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية حيث بلغت قيمة ت (١،٩٦٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٤٩) وهو مستوى دال، كما يتضح أن متوسط درجة الاكتئاب للطلاب المتضررين (١١٢،٩٥) أكبر من متوسط درجة الاكتئاب للطلاب الغير المتضررين (١١١،٠٩).

ويُفسَّر ذلك على أساس أن الكوارث والأزمات والأحداث الصعبة تشكل ضغطاً عنيفاً على المتضررين، ضغط نفسي اجتماعي، وذلك لكون حجم الدمار الذي شكلته كان كبيراً، وما صاحب ذلك الدمار من أنواع الفقد العينية والحسية، وما نتج عن ذلك الفقد من حالات كبيرة من الحزن، لأنه فقد أشياء ثمينة كانت تشكل معنى له ولحياته، ولكونه فقد ذلك الارتباط، فإن حالة الحزن تتطلب وقتاً كبيرا لتزول وتتماثل للشفاء، وأن أهم عامل من عوامل تخفيف حدة الحزن وتحقيق التكيف مع الوضع الجديد هو الدعم النفسي الاجتماعي الذي لا يعاني منه غير المتضررين لكونهم يعيشون مع أسرهم وفي جو تسوده المحبة والوئام والترابط والتراحم، أسرة لا تعاني من الشعور بالوحدة الاجتماعية التي يعاني منها المتضررين.

وكون المتضررين أكثر عرضة لأحداث الحياة الضاغطة فهم أكثر تأثرا بها من حيث الشعور بالعجز والفشل وعدم الكفاية، كما أشارت إلى ذلك مونرو Monro عند مخيمر(١٩٩٧م) إلى أن الاكتئاب يرتبط أكثر بالأحداث المتعلقة بالفقد والفشل الناتجة عن تعرض الفرد للضغوط في ظل غياب الدعم الاجتماعي والنفسي.

كما أن طريقة التفكير السلبية التي تعد طبيعية لمن تعرض للأحداث الصادمة والأزمات تؤثر كثيرا على المتضررين وتجعلهم أكثر اكتئاباً، وذلك لما يصاحب تلك الطريقة من التفكير من تصرفات خاطئة وقرارات مصيرية قد تصيب أو تخطئ.

ويتفق ذلك مع ما يراه بيك (Beck,1976) بأن نمط التفكير السلبي يؤثر كثيرا على اتخاذ القرارات، لكونه يحرف الوقائع والأحداث بما يتفق واعتقاداته السلبية التي توصله إلى استنتاجات خاطئة تشوه نظرته لذاته، وتجعله يغض النظر عن إيجابياته ويركز لى سلبياته التي استدعتها طريقة التفكير.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة، كدراسة (Kobaza,1982؛ Ganellen & Blaney,1984؛ Holahan & Moss,1985؛ مخيمر،١٩٩٧م).

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية الثامنة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر ـ غير متضرر)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض الثامن لا يعتبر مقبولاً.

الفرض التاسع:

لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول في الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بإجراء اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين في الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي. وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٣)

نتائج تحليل (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي - طبيعي)

الحالة	التخصص	متوسط درجة مقياس الاكتئاب	الانحراف المعياري	العدد	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
المتضررين	شرعي	١١٢,٩١	١٠,٠٤٢	٧٠	٠,٠٣٠	٠,٩٧٦
	طبيعي	١١٢,٩٦	١٠,٩٥٣	١٣١		
غير المتضررين	شرعي	١١٠,٢٤	٨,٨١٨	٧٢	١,٠٧١	٠,٢٨٦
	طبيعي	١١١,٥٣	٨,٠٨٠	١٣٩		

يتضح من الجدول (٣٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين من السيول على مقياس الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي حيث بلغت قيمة (ت) (٠,٠٣٠) عند مستوى دلالة (٠,٩٧٦) وهو مستوى غير دال، كما ظهر أن متوسط درجات الاكتئاب للطلاب المتضررين بالقسم الشرعي (١١٢,٩١) أقل من متوسط درجات الاكتئاب للطلاب المتضررين بالقسم الطبيعي (١١٢,٩٦)، ويتضح من الجدول أيضا أن متوسط درجات الاكتئاب للطلاب الغير المتضررين بالقسم الشرعي (١١٠,٢٤) أقل من متوسط درجات الاكتئاب للطلاب الغير المتضررين بالقسم الطبيعي (١١١,٥٣)، ويتبين كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية الغير المتضررين من السيول في الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي حيث بلغت قيمة ت (١,٠٧١) عند مستوى دلالة (٠,٢٨٦) وهو مستوى غير دال، ويفسر ذلك على أساس أن اختيار الطلاب المتضررين وغير المتضررين لتخصصاتهم يرجع إلى ميولهم واتجاهاتهم الشخصية وقراراتهم التي بنيت على قدراتهم التي ستمكنهم من البروز في هذا التخصص لتحقيق أهدافهم ومن ثم ذواتهم، خاصة وأن طبيعة المرحلة التي يمرون بها تتسم بالميل إلى الاستقلالية في اتخاذ القرار وتحديد المصير.

كما يعزو الباحث عدم وجود فروق في التخصص عند المتضررين وغير المتضرين إلى كونهم يعيشون في نفس البيئة، ونفس الصف، ونفس المرحلة الدراسية والعمرية، كما أنهم يعيشون نفس الظروف، سواء

كانت الظروف الكارثية التي تتسم بالخلل النفسي والاجتماعي للمتضررين، أو الظروف الطبيعية المطمئنة التي تتسم بالاستقرار النفسي لغير المتضررين.

ويشير الباحث أن وجود فروق في متوسطات درجات الطلاب المتضررين لصالح التخصص الشرعي يعود إلى كون هؤلاء الطلاب وميولهم واتجاهاتهم التي ساقتهم إلى اختيار هذا التخصص يميلون إلى التدين أكثر من ذوي التخصص الطبيعي، وهذا يشعرهم بالروحانية العالية الناتجة عن نسبة الأمور في مآلها إلى قضاء الله وقدره، وهذا يخفف مما من هم فيه، وبالتالي يكونون في حالة من الاستقرار والطمأنينة أكثر من قرنائهم ولو بنسبة بسيطة.

وكذلك الحال إلى غير المتضررين من ذوي التخصص الشرعي الذين يتضح للباحث أنهم أقل في متوسطات درجاتهم من ذوي التخصص الطبيعي، وهذا يدل إلى أن عامل التدين يلعب دورا بارزا في حياة الفرد والمجتمع من خلال ما يحث عليه من ممارسة الشعائر والدينية، والتي تبث الطمأنينة والراحة النفسية، وتساعد على نقاء القلوب وصفائها وبالتالي تزول الهموم، وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة أبوطالب(٢٠١١م).

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية التاسعة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي - طبيعي)، وبناء على ما تقدم فإن الفرض التاسع يعتبر مقبولاً.

الفرض العاشر:

لا يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

عطفا على نتائج الفرضين الثاني والثالث قام الباحث بإجراء تحليل الإنحدار باستخدام طريقة (Stepwise) للصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وأبعادها على الاكتئاب، ولم تكن جميع الأبعاد ذات دلالة إحصائية في التنبؤ بالاكتئاب، مما يعني أن بعض أبعاد الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لها تأثيرات غير مباشرة في الاكتئاب. والجدول (٣٣) يوضح نتائج هذا التحليل:

جدول (٣٤)

تحليل تباين الانحدار المتعدد للاكتئاب وكل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية للطلاب المتضررين وغير المتضررين

العينة	معامل الانحدار	الثابت	الصلابة النفسية	المساندة الاجتماعية	R	R2	ف ودرجات الحرية
المتضررين	B	٢,٥٩٣	٠,٢٠٥	– ٠,٢٩٩	٠,٢٩٨	٠,٠٨٤	٩,٠٥٦
	Beta		❖٠,١٦٣	-٠,٢٩١❖❖			
غير المتضررين	B	٢,٧١٢		– ٠,١٥٩	٠,٢٢٠	٠,٠٤٨	١٠,٥٨٥
	Beta			– ٠,٢٢٠❖			

**وجود دلالة عند مستوى ٠,٠١

*وجود دلالة عند مستوى ٠,٠٥

ويتضح من الجدول (٣٤) الذي يوضح نتيجة الفرض العاشر التي تدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى المتضررين وغير المتضررين بأنه من خلال بعد المساندة من قبل الأسرة والشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الإجتماعية يمكن التنبؤ بالاكتئاب وهذه النتيجة أيدت جزئيا صحة الفرض، ويفسر ذلك على أساس أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها، تعد عاملاً هاماً في صحته النفسية، ومن ثم فإنه في ظل غيابها أو انخفاضها تنشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي تعرّض لها الفرد، فيؤدي إلى زيادة الأعراض الاكتئابية.

كما يرى الباحث أن رضا الأفراد عن المساندة الاجتماعية أكثر أهمية في التنبؤ بصحة نفسية وجسمية، حيث أنه في حالة عدم الرضا عن المساندة يؤدي ذلك بالفرد إلى انعدام ثقته فيمن حوله وبالتالي يشعر بالوحدة النفسية وانعدام القيمة الاجتماعية، كل ذلك يؤدي إلى استرجاع الكارثة وحجم ألمها وبالتالي اجترار العوامل النفسية التي تستدعي الأعراض الاكتئابية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة فايد(٢٠٠٥م)التي أشارت إلى أن المساندة الاجتماعية قد تنبأت بدرجة دالة بكل من شدة الاكتئاب والعلاج منه، كما تتفق مع التراث النفسي الذي يشير إلى أن المساندة الاجتماعية تسهم بفعالية في خفض الآثار السلبية للأحداث على الصحة النفسية للأفراد(رضوان، ٢٠٠٦م).

كما تتفق مع عبدالله(١٩٩٥م) في أن الدعم الاجتماعي ومدى الرضا عنه يلعب دورا هاما في إشبع الاحاجة للأمن النفسي، وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة، كما أن لها أثراً بارزاً في تخفيف حدة الأعراض الاكتئابية.

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة كلارك وهارتمان (Clark & Hartman,1996) ودراسة كولينز (Collinz, 1992) التي ترى الصلابة النفسية تعمل على التنبؤ ببعض الاضطرابات مثل الانحرافات السلوكية، الكرب النفسي، الضغوط.

وهذه النتيجة تجيب على الفرضية العاشرة التي تنص على أنه لا يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، وبناء على ما تقدم فإن الفرض العاشر يعتبر مقبول جزئياً.

الفصل الخامس

ملخص نتائج الدراسة

التوصيات

الدراسات المقترحة

أولاً: ملخص نتائج الدراسة:

١ - كان مستوى الصلابة النفسية لدى المتضررين متوسطاً حيث تراوحت الاستجابات بين (٧٨ -١٠٧) بمتوسط قدره(٩٩.٩١)، وأن أكثر أبعاد الصلابة النفسية تأثيرا لدى المتضررين هو الالتزام ثم التحدي ثم التحكم، كما كان مستوى الصلابة النفسية لدى غير المتضررين متوسطاً بمقدار (١٠٣.٦٨).

٢ -كان مستوى المساندة الاجتماعية لدى المتضررين متوسطا حيث تراوحت الاستجابات بين (٥٧ -٧٨) للطلاب المتضررين، وأن أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية تأثيرا لدى المتضررين هو بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء ثم بعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة، كما كان مستوى المساندة الاجتماعية متوسطاً لدى غير المتضررين حيث تراوحت الاستجابات بين (٥٧ -٧٨) وكان للأبعاد الترتيب نفسه.

٣ - بلغ متوسط الاكتئاب لدى المتضررين (١١٢.٩٥)، ولدى غير المتضررين (١١١.٠٩) لصالح الطلاب المتضررين.

٤ -توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية.

٥ -لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب.

٦ -توجد علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيا بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس المساندة الاجتماعية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب.

٧ -توجد فروق ذات دلاله احصائية لمتوسط درجات طلاب المرحله الثانوية لأبعاد الصلابة النفسية ودرجته الكلية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين.

٨ -لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي - طبيعي) سوى بعدي الالتزام والتحدي توجد فروق لصالح طلاب التخصص (طبيعي).

٩ -توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر) لصالح الطلاب غير المتضررين.

١٠ -لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس المساندة الاجتماعية ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي - طبيعي).

١١ -توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الاكتئاب ترجع لحالة الطالب (متضرر- غير متضرر) لصالح الطلاب المتضررين.

١٢ -لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين على مقياس الاكتئاب ترجع لمتغير التخصص الدراسي (شرعي ـ طبيعي).

١٣ -يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال المساندة الاجتماعية فقط لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بما يلي:

١ -إعداد البرامج الإرشادية لرفع مستوى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتعزيزها لدى الطلاب المتضررين وغير المتضررين.

٢ -تقديم دورات تدريبية في مهارات التخلص من الضغوط للطلاب المتضررين.

٣ -التوسع في خدمات المساندة الاجتماعية وخاصة الحكومية في المناطق المتضررة حتى توفر للطلاب المتضررين البيئة الآمنة التي تحفظ لهم استقراراهم النفسي.

٤ -تشكيل لجان تطوعية دائمة بجهود الشباب الذي بادروا بها برعاية مؤسسات اجتماعية.

ثالثاً: الدراسات المقترحة:

١ -دراسات مماثلة على عينات من مراحل دراسية أخرى من الجنسين، مع لمقارنة مع متغيرات جديدة كمتغير العمر، والجنس، والحالة الاقتصادية.

٢ -فاعلية برنامج إرشادي في رفع مستوى الصلابة النفسية لدى الطلاب المتضررين.

٣ -تصميم برنامج إرشادي يعمل على تحسين الصحة النفسية لدى الطلاب المتضررين.

٤ -دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الضغوط النفسية لدى الطلاب المتضررين.

٥ -الأبعاد النفسية والاجتماعية لكارثة سيول محافظة جدة.

٦ -اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.

٧ -المساندة الاجتماعية الحكومية وقت الأزمات وأثرها في تحقيق الأمن النفسي للمتضررين من السيول.

أولاً: المصادر

١. القرآن الكريم.

٢. البخاري، أبي عبدالله محمد بن اسماعيل(٢٠٠٧م). صحيح البخاري، بيروت: المكتبة العصرية.

٣. النيسابوري، أبي الحسين مسلم بن الحجاج(٢٠٠٧م). صحيح مسلم، بيروت: المكتبة العصرية.

٤. بن منظور،محمد بن مكرم (٢٠٠٣م).لسان العرب،الجزء ٧ ، ١٣ ، بيروت : دار صادر.

ثانياً: مراجع باللغة العربية

٥. إبراهيم ، زيزي السيد(٢٠٠٦م). العلاج المعرفي للاكتئاب. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

٦. إبراهيم، أسماء عبدالمنعم(٢٠٠١م). المساندة الاجتماعية التقليدية وغير التقليدية في حالات الثكل: دراسة ميدانية. المؤتمر السنوى الثامن لمركز الارشاد النفسى .مصر ، مج ١، ص ص ١٣ – ٣٥.

٧. إبراهيم، علا عبدالباقي(٢٠٠٩م). الاكتئاب"أنواعه،أعراضه،أسبابه وطرق علاجه والوقاية منه. القاهرة: عالم الكتب.

٨. أبو العينين، هناء محمد(٢٠١١م).الصلابة النفسية للوالدين و علاقتها بالأمن النفسي لدى الأطفال. دراسات الطفولة – مصر ، مج ١٤، ع ٥٠،ص ص ٩٧ – ١٠٤.

٩. أبو دف، محمود خليل(٢٠١١م). منهاج الدعم النفسي، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) المجلد التاسع عشر، العدد الثاني، ص ص ٤٧ – ٩٠ .

١٠. أبو ندى ، عبد الرحمن(٢٠٠٧م). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدي طلبة جامعة الأزهر بغزة رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأزهر بغزة كلية التربية ، قسم على النفس.

١١. أبوطالب، علي منصور(٢٠١١م). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

١٢. أحمد، غادة قبيصي(٢٠٠٧م). أثر برنامج تدريبي في المساندة الاجتماعية على تنمية التفكير الأبتكاري لدى المكفوفين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس.

١٣. الأهدل، أسماء زين صادق(٢٠٠٦م). فاعلية وحدة تعليمية مطورة في التربية الوقائية لمواجهة المخاطر الطبيعية وأثرها على تحصيل بعض المفاهيم الجغرافية والاتجاه نحو مادة الجغرافيا لطالبات الصف الأول المتوسط بجدة. رسالة الخليج العربى – السعودية، س ٢٧، ع ١٠٠،ص ص ٤٩ – ١٠١.
بالصلابة النفسية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

١٤. بركات، آسيا راجح (٢٠٠٠م). العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكتئاب لدى بعض المراهقين والمراهقات المراجعين لمستشفى الصحة النفسية بالطائف. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

١٥. بشرى، صمويل تامر(٢٠٠٧م). الاكتئاب والعلاج بالواقع. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

١٦. البهاص ، سيد احمد (٢٠٠٢م). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدي معلمي ومعلمات التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، العدد الواحد والثلاثون ، المجلد ، ص ٣٨٤ -٤١٤

١٧. التويجري، على محمد(١٤٠٦هـ). احفظوا آية واحدة وطبقوها، احفظوا حديثاً واحداً وطبقوه. مجلة رسالة الخليج العربى ، مكتبة التربية العربى لدول الخليج ، الرياض ، عدد ١١٨.

١٨. ثابت، عبد العزيز ؛ أبوطواحينة، أحمد ؛ السراج، إياد(٢٠٠٧م). تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة. دراسة غير منشورة ، برنامج غزة للصحة النفسية ، غزة

١٩. جبر، جبر محمد (٢٠٠٥م)، مدى فعالية ثلاثة أساليب للتوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين . مؤتمر الإرشاد الاجتماعي والنفسي ودوره في العملية التعليمية. الجزء الثاني،في الفترة من ٢٦ – ٢٨ جمادى الآخرة،سوريا،المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية، ص ص ١٥٣ – ٢٠٣ .

٢٠. الحاج، فائز محمد علي(١٩٨١م). الاكتئاب. بيروت: المكتب الإسلامي.

٢١. الحربي، عبدالكريم عبدالله(١٤٢٠هـ). دور مشاركة الشباب في دعم الأجهزة الأمنية. أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، مركز الدراسات والبحوث، الرياض:٨٢ -٨٣.

٢٢. حسب الله ، اشرف (١٩٩٦م). إدراك التحكم والمساندة الاجتماعية في علاقتهما بأعراض الاكتئاب لدي الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الزقازيق ، كلية الآداب قسم علم النفس ، جمهورية مصر العربية

٢٣. حسين، محمد حسن(١٩٩٧م). الكوارث الطبيعية ومواجهة سيول ١٩٩٦ بقنا. المؤتمر السنوي الثاني لإدارة الكوارث والأزمات - مصر ، مج ٢، ص ص ٢٠٤ - ٢٢٦ .

٢٤. حفني، قدري(١٩٩٠م). الأطفال والكوارث. المؤتمر الدولى لإدارة الكوارث: الحاضر والمستقبل ، القاهرة ، أكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا (سبتمبر ١٩٩٠) ص ص ٢٠٧ - ٢٢٢ ٠

٢٥. حمادة، لولوة وعبد اللطيف ، حسن (٢٠٠٢م). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدي طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية ، المجلد الثاني عشر ، العدد الثاني ، ص -٢٢٩ -٢٧٢

٢٦. حمودة ، محمود (٢٠٠٤م). أمراض النفس ، مركز الطب النفسي والعصبي للأطفال. القاهرة .

٢٧. الخشاب ، ناجي عباس(٢٠٠٢م). ديناميه العلاقة بين المساندة النفسية الاجتماعية وإرادة الحياة والاكتئاب لدى مرضى الايدز، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس .

٢٨. خير، فيصل محمد(٢٠٠٥م) ، العلاج النفسي السلوكي . بيروت: دار العلم للملايين .

٢٩. دخان ، نبيل والحجار ، بشير (٢٠٠٦م) : الضغوط النفسية لدي طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) ، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني ص ٣٦٩ -٣٩٨ .

٣٠. دسوقي، رواية محمود(١٩٩٦م). النموذج السببي بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات ، مجلة على النفس ، العدد التاسع والثلاثون ، لهيئة المصرية ، ص ٤٤ -٥٨

٣١. الدليم، فهد؛ عبدالسلام، فاروق؛ مهنى، يحي؛ الفتة، عبدالعزيز (١٩٩٣م). مقياس الاكتئاب. الطائف. مستشفى الصحة النفسية.

٣٢. دياب، مروان (٢٠٠٦ م). دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث ال ضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

٣٣. الديب، محمد و الجبرى، أسماء (١٩٩٣م). الفروق بين الجنسين في الآثار النفسية للزلزال لدى تلاميذ مراحل تعليمية مختلفة بالتعليم العام والأزهرى . المؤتمر العلمي الأول لمعهد الدراسات العليا للطفولة " نحو مستقبل أفضل للطفل". جامعة عين شمس ، ج١ ، ص ص ١ – ٢٦ .

٣٤. راضي، زينب نوفل(٢٠٠٨م).الصلابة النفسية لدى أمهات شهداءانتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير،الجامعة الاسلامية:غزة.

٣٥. الربيعة، فهد عبد الله (١٩٩٧م). الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب الجامعة ، مجلة علم النفس ، العدد (٤٣) ، ٣٠ -٤٩، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.

٣٦. رضوان، شعبان جاب الله(٢٠٠٦م).دور المساندة الاجتماعية في الافصاح عن الذات و التوجه الاجتماعي لدى الفصاميين و الاكتئابيين.دراسات نفسية -مصر، مج ١٦، ع ٢، ص ص ١٧١ - ٢٢١.

٣٧. الرفاعي ، عزة (٢٠٠٣م). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين ادارك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها. رسالة دكتوراه غير منشورة ، القاهرة ، كلية الاداب ، جامعة حلوان

٣٨. زكي،حسام محمود(٢٠٠٨م).الانهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديموجرافية. رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية بالمنيا.

٣٩. زهران،حامد عبدالسلام(١٩٩٧).الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.

٤٠. زيدان، حنان السيد عبدالقادر(٢٠١٠م).الصلابة النفسية و سمات الشخصية لمرتفعي و منخفضي الايثار من طلاب كلية التربية النوعية. الأعمال الكاملة للمؤتمر الأقليمي الثاني لعلم النفس - مصر، ص ص ١٠٧٩ - ١١٠٣.

٤١. السرسي ، أسماء ؛ عبد المقصود ، أماني (١٩٩٨م). مقياس المساندة الاجتماعية . القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٤٢. السرسي ، اسماء وعبدالمقصود ، اماني. (٢٠٠٠م).المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقون وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية. مجلة كلية التربية (جامعة بنها) - مصر ، مج ١٠، ع ٤٤، ص ص ١٩٦ - ٢٤٤.

٤٣. سلامة، ممدوحة (١٩٩١م). المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدي طلاب الجامعة " مجلة دراسات نفسية ، المجلد ٤ ، العدد الأول ص٤٧٥ -٤٩٦

٤٤. سلطان،ابتسام محمود(٢٠٠٩م).المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة. عمان: دار صفا للنشر والتوزيع.

٤٥. سليم، بسيوني؛ الديب ، محمد(١٩٩٥م).التأثيرات النفسية - الاجتماعية لكارثة السيول لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية والثانوية من الجنسين ببعض محافظات الوجه القبلي. المؤتمر السنوي الثالث (الطفل المصري بين الخطر والأمان) -مصر، ص ص ١١٥ - ١٥٧.

٤٦. السليم، محمد إبراهيم (١٤٢٧هـ). علاقة مستوى التدين والمساندة الاجتماعية بالانتكاسة . دراسة على المتعافين والمنتكسين من المنومين بمجمع الأمل بالرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإمام محمد بن سعود ، الرياض .

٤٧. السميري، نجاح (٢٠١٠م).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظات غزة - ديسمبر ٢٠٠٨. مجلة جامعة النجاح للعلوم الانسانية - فلسطين ، مج ٢٤، ع ٨، ص ص ٢١٥١ - ٢١٨٦ .

٤٨. السيد، نهلة متولي(٢٠٠٢م). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من تقدير الذات والاغتراب النفسي لدى الأطفال المحرومين وغير المرحومين من أسرهم. مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، مجلد١٣، الجزء٢: ١٢٣ -١٧٨.

٤٩. شاهين ، هيام صابر (٢٠٠٥م). المساندة الاجتماعية كما يدركها عينة من مرضى السرطان وعلاقتها ببعض الأبعاد المزاجية والمعرفية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس .

٥٠. الشربيني، عاطف مسعد(٢٠٠٢م). التوافق النفسي لدى المتضررين من الزلزال مع برنامج إرشادي وقائي لتقليل الآثار المترتبة على الزلزال. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.

٥١. الشربيني، لطفي(٢٠١١م). الدليل إلى فهم الاكتئاب. منشأة المعارف، الاسكندرية.

٥٢. الشناوي، محمد ؛ عبدالرحمن ،محمد(١٩٩٤م). المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية . ط١ . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٥٣. الشوربجي، نبيلة(٢٠١٠م). اساءة معاملة اطفال الشوارع و علاقتها بالاكتئاب. دراسات نفسية -مصر ، مج ٢٠، ع ٤، ، ص ص ٦٩١ - ٧١٦.

٥٤. صادق، فاروق(١٩٩٢م). التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لحرب الخليج على حياة الأسرة الكويتية. المجلة المصرية للدراسات النفسية،(٢)، ص ص ١٧ -٣٣.

٥٥. العاسمي، رياض(٢٠٠٩م).الشعور بالوحدة النفسية و علاقته ببعض المتغيرات النفسية و الاجتماعية لدى طلبة الجامعة من أبناء الريف و المدن. علم النفس -مصر، س ٢٢، ع ٨٠،٨١، ص ص ٨٨ - ١١٩.

٥٦. العامر، عثمان صالح(١٤٢٥هـ)، ثقافة التطوع لدى الشباب السعودي، دراسة ميدانية،جامعة حائل.

٥٧. عبد الحميد، جابر ؛ كفافي ، علاء (١٩٩٢م) معجم في علم النفس والطب النفسي ، الجزء الخامس ، دار النهضة القاهرة.

٥٨. عبدالخالق، أحمد محمد(٢٠٠٦م). الصدمة النفسية ، ط٢ ، الكويت: دار اقرأ للنشر والتوزيع.

٥٩. عبدالرازق، عماد على (١٩٩٨). المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد الثامن العدد الثالث عشر ، ص ١٣ -٣٩

٦٠. عبدالرحمن، محمد مجدي(٢٠٠٣م). أثر برنامج إرشادي في التغلب على الإضطرابات السلوكية الناجمة عن التعرض لكارثة السيول لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.

٦١. عبدالصمد، فضل(٢٠٠٢م).الصلابة النفسية وعلاقتها بالوعي الديني ومعنى الحياة لدى طلاب الدبلوم العام بكلة التربية بالمنيا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس،المجلد١٧،العدد٢، ٢٢٩ -٢٨٣.

٦٢. عبدالله ، هشام إبراهيم(١٩٩٥م).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين. المؤتمر الدولي الثاني (الارشاد النفسي للاطفال ذوي الحاجات الخاصة الموهوبون -المعاقون) - مصر ، مج ٢، ص ص ٤٧٣ - ٥١٦.

٦٣. عبدالمعبود، نجلاء محمد(٢٠٠٥م). تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .

٦٤. عبدالمقصود، أماني (٢٠٠٧م).أثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين. المؤتمر السنوى الرابع عشر -الارشاد النفسى من اجل التنمية فى ظل الجودة الشاملة -مصر، مج ١، ص ص ٢٤٣ - ٢٨٩ .

٦٥. عثمان ، فاروق السيد (٢٠٠١م). القلق وإدارة الضغوط النفسية ، الطبعة الأولي .القاهرة: دار الفكر العربي.

٦٦. عثمان، فاروق السيد (٢٠٠٩م). الصدمات النفسية ما بعد الكارثة مقدم في ندوة معالجة الصدمات النفسية أثناء الكوارث. الرياض: جامعة الأمير نايف العربية للعلوم الأمنية.

٦٧. عراقي، صلاح الدين (٢٠٠٨م). التعلق الوالدي المدرك وعلاقته بجودة الصداقة والاكتئاب لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية (جامعة بنها) - مصر ، مج ١٨، ع ٧٣، ، ص ١٥٦ - ١٩٣.
٦٨. عكاشة، أحمد(١٩٩٨م). الطب النفسي المعاصر ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٦٩. علي ، علي عبد السلام (٢٠٠٥م). المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٧٠. العلي، سليمان علي(١٤١٦هـ). تنمية الموارد البشرية والمالية في المنظمات الخيرية. واشنطن: دار أمانة للطباعة.
٧١. العناني، آمال (١٩٩٩م). الإعلام ودوره في مواجهة الأزمات والكوارث. المؤتمر السنوي الرابع لإدارة الكوارث والأزمات، مصر، مج ١،ص ٢٢٠ - ٢٢٧ .
٧٢. العنزي، عبدالعزيز حجي(٢٠١١م). الصلابة النفسية لدى المعاقين جسديا في ضوء نظرية مادي."برنامج إرشادي نفسي تكاملي -مقترح"رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
٧٣. عودة، محمد محمد(٢٠١٠م). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة.رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية. غزة.
٧٤. عوض، محمد محي الدين(١٤١٣هـ). دور الشرطة الوقائي في إطار الظروف التي يمر بها العالم العربي. مجلة الأمن والحياة، الرياض، العدد ١٢٥: ٢١ -٢٢.
٧٥. غانم، محمد حسن(٢٠٠٢م).المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية. مجلة دراسات عربية في علم النفس - مصر ، مج ١، ع ٣،ص ص ٣٥ - ٨٩ .
٧٦. فايد،حسين علي (١٩٩٨م).الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والأعراض الاكتئابية.مجلة دراسات نفسية،المجلد٨،العدد٢، ١٥٥ -١٩٢.
٧٧. فايد، حسين علي(٢٠٠٥م).ضغوط الحياة و الضبط المدرك للحالات الذاتية و المساندة الاجتماعية كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتية لدى عينة غير إكلينيكية. دراسات نفسية - مصر ، مج ١٥، ع ١، ص ص ٥ - ٥٣.
٧٨. فرحات، محمود محمد(١٩٩٤م). التربية الوقائية في مواجهةالكوارث وملامحها في الأصول الإسلامية. رابطة التربية الحديثة ، مجلد ٩ ، الجزء ٦٣ ، ص ص ٢٣١ -٢٥٩.
٧٩. القريطي، عبدالمطلب أمين(١٩٩٨م). في الصحة النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
٨٠. اللحياني، مساعد(١٩٨٤م). التطوع في الدفاع المدني والحماية المدنية. الرياض: الجمعة للطباعة.

٨١. ليفيت، يوجين ؛ لوبين، برنارد(١٩٨٥م). سيكولوجية الاكتئاب. تعريب عزت الطويل. الرياض: دار المريخ.
٨٢. محسوب، محمد ؛ أرباب، محمد (٢٠٠٢م). الأخطار والكوارث الطبيعية – الحدث والمواجهة معالجة جغرافية ، القاهرة: دار الفكر العربي.
٨٣. محمد، جيهان (٢٠٠٢م). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة .
٨٤. محمود، عبدالله جاد(٢٠٠٨م). أساليب العزو السلبي كمتغيرات وسيطة في علاقة عوامل الشخصية بالاكتئاب. مجلة كلية التربية بالمنصورة –مصر ، ع ٦٨، ج ٢، ، ص ص ٣٨ – ٨٦.
٨٥. محمود، ماجدة حسين(٢٠٠٨م).الاضطرابات المصاحبة للصدمة لدى ضحايا العبارة ٩٨ و علاقتها بأعراض القلق و الاكتئاب. دراسات نفسية –مصر ، مج١٨، ع ٢، ، ص ص ٢٥٩ – ٣٠٢.
٨٦. مخيمر ، عماد محمد(١٩٩٦م). إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. دراسات نفسية –مصر ، مج ٦ ، ع ٢ ، ص ص ٢٧٥ – ٢٩٩.
٨٧. مخيمر، عماد محمد(٢٠١١م). مقياس الصلابة النفسية.القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٨٨. مخيمر، عماد محمد(١٩٩٧م). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي ، مجلة دراسات نفسية ، العدد (١٧) المجلد (٧) ، ص ص ١٠٣ –١٣٨.
٨٩. المدهون، عبدالكريم(٢٠٠٤م).المساندة الإجتماعية كما يدركها المعوقون حركيا بمحافظة غزة وعلاقتها بصحتهم النفسية. مجلة الارشاد النفسى –مصر ، ع ١٨، ص ص ١٣٧ – ١٧٤.
٩٠. المشعان، عويد سلطان(٢٠٠٥م).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالعصابية والاكتئاب والعدوانية لدى المتعاطين والطلبة في دولة الكويت. مجلة العلوم التربوية والنفسية –البحرين ، مج ١٢، ع ٤، ص ص ٢٥٥ – ٢٨٤.
٩١. مصطفى ، عماد رمضان(٢٠٠٥م). مكونات العلاقة بين إدراك المساندة الاجتماعية ومواجهة ضغوط أحداث الحياة وبين الكفاية الإنتاجية ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
٩٢. المفرجي، سالم ؛ الشهري، عبدالله(٢٠٠٨م). الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة.مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية ، جامعة المنيا ،أكتوبر ٢٠٠٨م ،العدد (١٩) :١٤٩ –٢٠٦.
٩٣. منذر، فاطمة عباس(٢٠٠٠م). الحروب واضطراب السلوك عند الأطفال والتعامل مع الأزمات. المجلة التربوية،مج ٥٤، العدد١٤، ص ص ١٤١ –١٦٨.

٩٤. مهداوي، عبدالله محمد(٢٠١٠م). معنى الحياة والمساندة الاجتماعية وتوكيد الذات وبعض الاضطرابات النفسية(القلق والاكتئاب) لدى المصابين في حوادث المرور بمنطقة مكة المكرمة.رسالة دكتوراة غير منشورة. جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

٩٥. الهلول، اسماعيل(٢٠٠٧م).الآثار النفسية والاجتماعية والقيمية الناتجة عن تأخير صرف رواتب معلمي الحكومة مقارنة بمعلمي الوكالة، مجلة الجامعة الإسلامية (٢)، ص ٥٧ -٨٩.

٩٦. هيجان، عبدالرحمن بن أحمد(١٩٩٧م).إدارة الكوارث في المملكة العربية السعودية. المؤتمر السنوي الثاني لإدارة الكوارث والأزمات - مصر، مج ١، ص ص ٤٢٨ - ٤٤٩ .

٩٧. ياغي، شاهر يوسف(٢٠٠٦م).الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها

٩٨. يعقوب، غسان (١٩٩٩م). سيكولوجية الحروب والكوارث ودور العلاج النفسي"اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة". بيروت: دار الفارابي.

ثالثاً: مراجع باللغة الأجنبية

99. Asbell, L.B(1989): “Style of coping, Daily Haste’s and Hardiness as Mediators and Outcome in Stress – Illness Relationship” , Prospective study DAI-B , 49\12, p 5510
100. Caplan, G(1981): “Mastery of stress psychosocial aspects”, American Journal of Psychiatry, 138, p 413-p 420 .
101. Clark, L.M and Hartman, M.(1996): “Effects of hardiness and appraisal on the psychological distress and physical of caregivers to elderly relatives”, Research on aging, Vol.18 , No.1 , p 379-p 402.
102. Collins Clarla, B.(1992): “Hardiness as stress resistance resource”, Pell paper presented at the Annual meeting of American Psychological.
103. Cozzi, L(1991): “The influence of Hardness stress and social support on A Achievement Among Urban commuter students”, Distraction Abstract International, Vol.52 , p 2339
104. Dean,A,et al (1990) Effects of Social Support various Sources on depression in elderly Persons. Journal of Health & Social Behavior,31(2) pp148-152.
105. Funk,S.C., (1992) : "Hardiness : A Review of Theory and Resaerch, Health Psychology Vol.11,N.5,pp.335-345.
106. Ganellen, R, Blaney, P.(1984): “Hardiness and social support as moderators of effects of live stress” ,Journal of Personality and Social Psychology, Vol.74, No.1, p 156-p 163.
107. Garson, M.(1998): “The relationship between hardiness, coping skills and stress in gradnate students” ,UMI Puplished doctoral dissertation, Adler school of professional psychology.
108. Holahan, C, &, Moos, R(1985): “Life stresses and health personality, coping, and family support in stress resistance”, Journal of Abnormal psychology, Vol.4, No.3, p 739-p 747.
109. Holahan, C, &, Moos, R(1990): “life stresses, resistance factors, and psychological health: An extension of the stress resistance paradigm”, Journal of Personality and Social Psychology, 58,(5), p 909-p 917.
110. House,J.S,Umberson,D. and Landis, K, R.(1988) Structures and processes of social support. Annual. Review of Social,No.14:293-318.
111. Kobaza, S, &, Pucceti, M(1983): “Personality and social Resources in stress Resistance”, Journal of Abnormal psychology, Vol.45, No.4, p 839-p 880.

112. Kobaza, S. C(1979): "Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness", Journal of Personality and Social Psychology, 24, (1), p 168-p 177.
113. Kobaza, S. C(1982): "Commitment and coping in stress resistance among lawyers", Journal of Personality and Social Psychology, 45, (4), p 839-p 850.
114. Kobaza, S. C, Maddi, S.R, &, Kohn, S(1982): "Hardiness and health: aprospective study", Journal of Personality and Social Psychology, 42 , (1) , p 168-p 177.
115. Lefcourt, Herbert, M, et al(1984): "Locus of contrd and social support: interactive moderators of stress, Vol.47, No.2, p 378-p 389.
116. Maddi, S, &, Kobaza, D.M(1994): "Hardiness and Mental health", Journal of Personality Assessment, Vol.63, No.2, p 265-p 274.
117. Maddi, S.R, Wadhwa, P, &, Haier, R.J(1996): "Relationship of hardiness to alcohol drug use in adolescents", American Journal of Drug and Alcohol Abuse, Vol.122, No.2, p 247-p 257.
118. Mitchell, E.J(1989): "The Relationship Between Hardiness Level and Coping Strategies Among Baccalaureate", Nursing Students, DAI_27/02, p 258
119. Ross, P, &, Cohen, S.C(1987): "Sex reds and social support as moderators of life stress adjustment", Journal of Personality and Social Psychology, Vol.52, No.5, p 570-p 585.
120. Savrin, Gianni & Bravi, Francesca.(2000).Psychological characteristics in subjects with PTCD victims of the 1997 eartquack.in Marche(Italy).Rivista Di Psichiatria,35,(6),Pensiero Seientifico Ediore Srl,Italy.276-285.
121. Schumacher, L. (1996). An exploration in juvenile PTSD as a consequence of a natural disaster. A preliminary study. Dissertation Abstract International: Section By The Sciences & Engineering.56,6.
122. Smith, T.W, &, Allerd, K.D(1989): "The Hardy personality cognitive and physiological to Evaluative Threat", Journal of Abnormal psychology, Vol.50, No.1, p 257-p 266.
123. Taylor, &, Shaunna, L(1995): "An analysis of a relaxation stress control program in an Alternative Elementary school", Dissertation abstracts International, Vol.35-50, p 1402.
124. Wang, X.(1999). Prevalence and predictords of PTSD after and earthquake: findings from a randomized community sample in Northern China. Chinese Mental Health Journal. 13,(1),28-30.

125. Wiebe, D.J(1991): "Hardiness and stress moderation, A Test proposed mechanisms", Journal of Personality and Social Psychology, Vol.60, No.1, p89-p99.
126. Williams, P.G, Wiebe, D.J, &, Smith, T.W(1992): "Coping processes as mediators of Relationship between hardiness and health", Journal of Behavioral Mesicine, Vol.15, No.3, p 237-p 255.
127. Yule, W.(2000). The long-term Psychological effects of a disaster experienced in adolescence: The incidence & Course of PTSD. Journal of Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines,41,(4),503-511.

الملاحق

ملحق رقم (١)
مقياس الصلابة النفسية في صورته الأولية

م	العبارة	تنطبق دائمًا	تنطبق أحيانًا	لاتنطبق أبدًا
١	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي			
٢	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي			
٣	أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها			
٤	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
٥	عندما أضع خططي المستقبلية غالبًا ما أكون متأكدًا من قدرتي على تنفيذها			
٦	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها			
٧	معظم أوقات حياتي تضيع في أنشطة لا معنى لها			
٨	نجاحي في أموري(دراسة-عمل---الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة			
٩	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه			
١٠	أعتقد أن لحياتي هدفًا ومعنى أعيش من أجله			
١١	الحياة فرص وليست عمل و كفاح			
١٢	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها			
١٣	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها			
١٤	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه			
١٥	لدي قدرة على المثابرة حين انتهي من حل أي مشكلة تواجهني			
١٦	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها			
١٧	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالبًا هو نتيجة تخطيطي			
١٨	المشكلات تستنفر قواي وقدرتي على التحدي			
١٩	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه			
٢٠	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ			
٢١	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث			
٢٢	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة			

م	العبارة	تنطبق دائمًا	تنطبق أحيانًا	لا تنطبق أبدًا
٢٣	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورًا هامًا في حياتي			
٢٤	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى			
٢٥	أعتقد أن" البعد عن الناس غنيمة "			
٢٦	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي			
٢٧	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة			
٢٨	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر			
٢٩	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط			
٣٠	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي			
٣١	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي			
٣٢	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي			
٣٣	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها			
٣٤	أهتم كثيرًا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث			
٣٥	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها			
٣٦	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي			
٣٧	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها			
٣٨	أؤمن بالمثل الشعبي "قيراط حظ ولا فدان شطارة"			
٣٩	أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية			
٤٠	أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم			
٤١	أعتقد أن لي تأثيرًا قويًا على ما يجري حولي من أحداث			
٤٢	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي			
٤٣	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن			
٤٤	أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية			
٤٥	التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح			
٤٦	أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك			
٤٧	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			

ملحق رقم (٢)
مقياس المساندة الاجتماعية في صورته الأولية

م	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا
١	يقف أصدقائي بجانبي عندما أكون بحاجة للمساندة .			
٢	يمكنني طلب المساعدة من والديّ أو أقربائي عندما أكون في مشكلة .			
٣	ثقتي ضعيفة في من حولي .			
٤	أسمع عن مساعدات ولكن لا أرى شيئا منها.			
٥	يشعرني أصدقائي بأهميتي حتى عندما تكون تصرفاتي خاطئة.			
٦	تشعرني أسرتي بالرضا والقوة .			
٧	عندما أواجه مشاكل أكتمها عن الآخرين .			
٨	أشعر بعدم اهتمام المسئولين بالمتضررين.			
٩	جيراني لطفاء معي بغض النظر عما حدث.			
١٠	أتلقى قدرا كبيرا من المساندة من والديّ منذ صغري .			
١١	أفتقد وجود أصدقاء حميمون للتحدث معهم عن أسراري .			
١٢	توزع المساعدات بصورة عادلة.			
١٣	أستطيع أن أعتمد على زملائي المقربين مني لمساعدتي عندما أكون في مشكلة.			
١٤	المساندة المادية من الأسرة مهمة بالنسبة لي .			
١٥	الدعم المادي والمعنوي يشعراني بالثقة فيمن حولي.			
١٦	أشعر بالوحدة كما لو كان ليس لي أحد أعرفه .			
١٧	ما تلقيته من مساعدات حكومية لا تغطي الضرر الذي لحق بي.			
١٨	أشعر أنني محل اهتمام من زملائي الذين يعيشون بالقرب مني .			
١٩	طوال حياتي أجد من يساعدني عندما أحتاج المساعدة .			
٢٠	يوجد أفراد ألجأ إليهم لمساعدتي عندما أشعر بعدم السعادة أو أواجه مشاكل .			
٢١	أنا راضٍ عن المساعدات التي تقدمها الجهات المختصة.			

م	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا
٢٢	تعامل زملائي القريبين مني يجعلني أشعر بأهميتي .			
٢٣	يساعدني إخوتي وأخواتي عندما أحتاج إلى المساعدة .			
٢٤	مشاركتي في الأنشطة الاجتماعية معدومة .			
٢٥	أرى أن المساعدات المقدمة للمتضررين كافية.			
٢٦	أشعر بأن المساندة الحقيقية من زملائي ضعيفة جدا .			
٢٧	أشعر بالحزن عندما أفتقد مساندة أسرتي .			
٢٨	أعتقد ان الناس مستقلون عن بعضهم البعض ويمكنهم الاعتماد على أنفسهم .			
٢٩	وفرت لي الحكومة كل ما يلزم بعدما لحق بي من ضرر.			
٣٠	المساندة المعنوية من الأصدقاء هامة بالنسبة لي .			
٣١	أشعر بما يقلقني عندما أحتاج لمساندة أقاربي.			
٣٢	أشعر بالراحة عندما ألجأ إلى علماء الدين طلبا للمساعدة والراحة .			
٣٣	أشعر بأن طلب المساعدة من الآخرين أمر مذل .			
٣٤	زارني مسئولون حكوميون فور لحاق الضرر بي .			
٣٥	أثق في نفسي وفي قدرتي في التعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة الآخرين.			
٣٦	أجد عشوائية في تقدير الأضرار من الجهات المختصة.			

ملحق رقم (٣)

أسماء أعضاء هيئة التدريس المحكمين

م	الاسم	الجهة
١	د. هشام محمد مخيمر	جامعة أم القرى
٢	د. عابد عبدالله النفيعي	جامعة أم القرى
٣	د. محمد أحمد الزعبي	الكلية الجامعية بالقنفذة
٤	د. محمد موسى الشمراني	جامعة الطائف
٥	د. محمد راشد الزهراني	جامعة الباحة
٦	د. أماني عبدالمقصود	جامعة المنوفية

ملحق رقم (٤)
مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية

م	العبارة	تنطبق دائمًا	تنطبق أحيانًا	لاتنطبق أبدًا
١	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي			
٢	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي			
٣	أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها			
٤	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
٥	عندما أضع خططي المستقبلية غالبًا ما أكون متأكدًا من قدرتي على تنفيذها			
٦	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها			
٧	معظم أوقات حياتي تضيع في أنشطة لا معنى لها			
٨	نجاحي في أموري(دراسة-عمل---الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة			
٩	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه			
10	أعتقد أن لحياتي هدفًا ومعنى أعيش من أجله			
11	الحياة فرص وليست عمل و كفاح			
12	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها			
13	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها			
14	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه			
15	لدي قدرة على المثابرة حين انتهي من حل أي مشكلة تواجهني			
16	أرى أنه ليس لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها			
17	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالبًا هو نتيجة تخطيطي			
18	المشكلات تستنفر قواي وقدرتي على التحدي			
19	أشعر بعدم التردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه			
20	أرى أنه لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ			
21	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث			
22	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة			

لا تنطبق أبدًا	تنطبق أحيانًا	تنطبق دائمًا	العبارة	م
			أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورًا هامًا في حياتي	23
			عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى	24
			أعتقد أن" البعد عن الناس غنيمة "	25
			أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	26
			أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة	27
			اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر	28
			أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط	29
			لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي	30
			أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي	31
			أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	32
			أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها	33
			أهتم كثيرًا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث	34
			أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها	35
			الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	36
			الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها	37
			أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية	٣٨
			أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم	٣٩
			أعتقد أن لي تأثيرًا قويًا على ما يجري حولي من أحداث	٤٠
			أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي	٤١
			أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن	٤٢
			أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية	٤٣
			التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح	٤٤
			أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك	٤٥
			أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث	٤٦

ملحق رقم (٤)
مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية

م	العبارة	تنطبق دائمًا	تنطبق أحيانًا	لاتنطبق أبدًا
١	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي			
٢	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي			
٣	أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها			
٤	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
٥	عندما أضع خططي المستقبلية غالبًا ما أكون متأكدًا من قدرتي على تنفيذها			
٦	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها			
٧	معظم أوقات حياتي تضيع في أنشطة لا معنى لها			
٨	نجاحي في أموري(دراسة-عمل---الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة			
٩	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه			
10	أعتقد أن لحياتي هدفًا ومعنى أعيش من أجله			
11	الحياة فرص وليست عمل و كفاح			
12	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها			
13	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها			
14	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه			
15	لدي قدرة على المثابرة حين انتهي من حل أي مشكلة تواجهني			
16	أرى أنه ليس لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها			
17	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالبًا هو نتيجة تخطيطي			
18	المشكلات تستنفر قواي وقدرتي على التحدي			
19	أشعر بعدم التردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه			
20	أرى أنه لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ			
21	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث			
22	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة			

م	العبارة	تنطبق دائمًا	تنطبق أحيانًا	لا تنطبق أبدًا
23	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورًا هامًا في حياتي			
24	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى			
25	أعتقد أن" البعد عن الناس غنيمة "			
26	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي			
27	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة			
28	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر			
29	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط			
30	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي			
31	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي			
32	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي			
33	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها			
34	أهتم كثيرًا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث			
35	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها			
36	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي			
37	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها			
٣٨	أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية			
٣٩	أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم			
٤٠	أعتقد أن لي تأثيرًا قويًا على ما يجري حولي من أحداث			
٤١	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي			
٤٢	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن			
٤٣	أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية			
٤٤	التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح			
٤٥	أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك			
٤٦	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			

ملحق رقم (٦)

مفتاح تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية

م	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا
١	يقف أصدقائي بجانبي عندما أكون بحاجة للمساندة .	٣	٢	١
٢	يمكنني طلب المساعدة من والديّ أو أقربائي عندما أكون في مشكلة .	٣	٢	١
٣	ثقتي ضعيفة في من حولي .	١	٢	٣
٤	أسمع عن مساعدات ولكن لا أرى شيئا منها.	١	٢	٣
٥	يشعرني أصدقائي بأهميتي.	٣	٢	١
٦	تشعرني أسرتي بالرضا والقوة .	٣	٢	١
٧	عندما أواجه مشاكل أكتمها عن الآخرين .	١	٢	٣
٨	أشعر بعدم اهتمام المسئولين بالمتضررين.	١	٢	٣
٩	يساندني جيراني في وقت الحاجة للمساندة.	٣	٢	١
١٠	أتلقى قدرا كبيرا من المساندة من والديّ منذ صغري .	٣	٢	١
١١	أفتقد وجود أصدقاء للتحدث معهم عن أسراري .	١	٢	٣
١٢	توزع المساعدات بصورة عادلة.	٣	٢	١
١٣	أستطيع أن أعتمد على زملائي المقربين مني لمساعدتي عندما أكون في مشكلة.	٣	٢	١
١٤	المساندة المادية من الأسرة مهمة بالنسبة لي .	٣	٢	١
١٥	أشعر بالوحدة كما لو كان ليس لي أحد أعرفه .	١	٢	٣
١٦	ما تلقيته من مساعدات حكومية لا تغطي الضرر الذي لحق بي.	١	٢	٣
١٧	أشعر أنني محل اهتمام من زملائي الذين يعيشون بالقرب مني .	٣	٢	١
١٨	طوال حياتي أجد من يساعدني عندما أحتاج المساعدة .	٣	٢	١
١٩	يوجد أفراد ألجأ إليهم لمساعدتي عندما أشعر بعدم السعادة أو أواجه مشاكل .	٣	٢	١
٢٠	أنا راضٍ عن المساعدات التي تقدمها الجهات المختصة.	٣	٢	١
٢١	تعامل زملائي القريبين مني يجعلني أشعر بأهميتي .	٣	٢	١

نادرا	أحيانا	دائما	العبارة	م
١	٢	٣	يساعدني إخوتي وأخواتي عندما أحتاج إلى المساعدة .	٢٢
٣	٢	١	مشاركتي في الأنشطة الاجتماعية معدومة .	٢٣
١	٢	٣	أرى أن المساعدات المقدمة للمتضررين كافية.	٢٤
٣	٢	١	أشعر بأن المساندة الحقيقية من زملائي ضعيفة جدا .	٢٥
٣	٢	١	أشعر بالحزن عندما أفتقد مساندة أسرتي .	٢٦
٣	٢	١	أعتقد ان الناس مستقلون عن بعضهم البعض ويمكنهم الاعتماد على أنفسهم .	٢٧
١	٢	٣	وفرت لي الحكومة كل ما يلزم بعدما لحق بي من ضرر.	٢٨
١	٢	٣	المساندة المعنوية من الأصدقاء هامة بالنسبة لي .	٢٩
١	٢	٣	أشعر بالراحة عندما ألجأ إلى علماء الدين طلبا للمساعدة والراحة .	٣٠
٣	٢	١	أشعر بأن طلب المساعدة من الآخرين أمر مذل .	٣١
١	٢	٣	زارني مسئولون حكوميون فور لحاق الضرر بي .	٣٢
١	٢	٣	أثق في نفسي وفي قدرتي في التعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة الآخرين.	٣٣
٣	٢	١	أجد عشوائية في تقدير الأضرار من الجهات المختصة.	٣٤

ملحق رقم (٧) مقياس الاكتئاب

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
١	أستطيع التخلص من نوبات اليأس .				
٢	تثور أعصابي لأتفه الأسباب .				
٣	أصاب بالأرق لدرجة أنه يصعب علي العودة إلى النوم .				
٤	وزني يتناقص .				
٥	ينتابني القلق .				
٦	أشعر بأنه لا فائدة ترجى مني .				
٧	أكره نفسي لدرجة أنني لا أتحمل رؤية صورتي في المرآه .				
٨	أشعر بأن الحزن يسيطر علي .				
٩	شهيتي للطعام جيدة .				
١٠	أنام بسهولة .				
١١	أستحق اللوم والنقد الشديد بسبب ما أرتكبه من خطايا .				
١٢	أشعر بالتفاهة والإحتقار لنفسي .				
١٣	أهتم بالناس والإختلاط بهم .				
١٤	فقدت إهتمامي ورغباتي الجنسية .				
١٥	أستطيع الإستمرار في إنجاز أي عمل .				
١٦	لا أمل لي في الحاضر أو المستقبل .				
١٧	أستحق العقاب وأتمنى أن أعاقب .				
١٨	أشعر بالتوتر الشديد وسرعة الإستثارة .				
١٩	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري .				
٢٠	أشعر ببطء في التفكير والكلام .				
٢١	أنا راض عن نفسي .				
٢٢	تصيبني نوبات من البكاء .				

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
٢٣	أشعر بالتعب الشديد عند قيامي بأقل مجهود .				
٢٤	لدي القدرة على إتخاذ القرارات .				
٢٥	أسمع أصواتا تزعجني .				
٢٦	أرى أشياء تفزعني .				
٢٧	أعاني من آلام في جسمي .				
٢٨	تسيطر علي بعض الوساوس .				
٢٩	أفكر في التخلص من حياتي .				
٣٠	أشعر بآلام في مختلف جسمي .				
٣١	ينظر الناس إليّ على أنني غير طبيعي .				
٣٢	أشعر بالغضب والضيق .				
٣٣	عوقبت وما زلت أستحق المزيد من العقاب .				
٣٤	إنني فاشل في حياتي .				
٣٥	أعتقد أن هناك تشوهات في جسدي .				
٣٦	أشعر بهبوط نشاطي وحيويتي .				
٣٧	أشعر بالرهبة والخوف من العالم الذي يحيط بي .				
٣٨	فقدت الإهتمام بمن حولي .				
٣٩	أستطيع القيام بأي مجهود جسمي أو عقلي .				
٤٠	أشعر بنشاط في الحركة والمشي .				
٤١	أشعر بمباهج الحياة والإستمتاع بها .				
٤٢	كل من يعرفني يحمل لي الكراهية والبغضاء .				
٤٣	تحدث لي نوبات من الحزن الشديد .				
٤٤	إزداد وزني على الرغم من نقصان شهيتي للطعام .				

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
٤٥	أحلامي مزعجة ولا أستطيع النوم بعدها .				
٤٦	أشعر بالكآبة في بداية النهار .				
٤٧	أشعر بأفكار سوداء تراودني .				

ملحق رقم (٨)

خطاب معهد البحوث بتسجيل الموضوع

استمارة تعديل (عنوان موضوع) رسالة علمية

لطلبة الدراسات العليا بجامعة أم القرى

عنوان موضوع الرسالة المسجل :

الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

عنوان موضوع الرسالة بعد التعديل :

الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة.

الطالب / الطالبة: **الحسين حسن محمد سيد** الرقم الجامعي **٤٣٠٨٨٠٩٨**

الدرجة العلمية : ☐ دبلوم عالي ☑ ماجستير ☐ دكتوراه

الكلية: **التربية** القسم: **علم النفس** التخصص: **إرشاد نفسي**

أوافق على تعديل عنوان موضوع الرسالة وفق ماورد أعلاه .

ختم القسم : المرشد العلمي

الاسم : **د هشام محمد ابراهيم مخيمر**

التوقيع :

التاريخ : ٢٠/٥/١٤٣٢هـ

أتقدم أنا الطالب / الطالبة : **الحسين حسن محمد سيد** ، إلى معهد البحوث العلمية وإحياء التراث الإسلامي، وأرجو اتخاذ الإجراءات اللازمة لتعديل عنوان الموضوع أعلاه ، حسب المتبع في هذا الشأن، مع جزيل الشكر والتقدير .

التوقيع :

التاريخ :

بعد البحث النصي في قواعد البيانات المتوفرة لدى المعهد ، بشأن عنوان موضوع الرسالة العلمية المشار إلى بياناتها أعلاه ، انتهينا إلى ما يأتي :

☑ تم تعديل عنوان موضوع الرسالة ، وحذف العنوان المسجل

☐ لم يتم تعديل عنوان الرسالة ، للأسباب التالية...................................

الختم الموظف المختص بالمعهد

الاسم :

التوقيع :

لم تتم دراسته

الرقم : ....٤٩٠٤........ التاريخ : ....٢٠/٤/١٤٣٢.... المشفوعات :..............................

ملحق رقم (٩)

خطاب كلية التربية إلى إدارة التربية والتعليم بمحافظة جدة

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى

سعادة مدير التربية والتعليم بمحافظة جدة سلمه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته : وبعد

نفيد سعادتكم بان الطالب / الحسين حسن محمد سيد - أحد طلاب الدراسات العليا بمرحلة الماجستير بقسم علم النفس ويرغب الطالب القيام بتطبيق الأداة الخاصة بدراسته التي بعنوان :(الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة)

آمل من سعادتكم التكرم بتسهيل مهمة الطالب لتطبيق الأداة المرفقة . شاكرا لكم كريم تعاونكم وحسن استجابتكم .

وتفضلوا بقبول فائق التحية والتقدير !!!

عميد كلية التربية

أ. د. زايد عجير الحارثي

التخطيط والتطوير

الرقم: ١/١٤٧٦ التاريخ: ١٤٣٢/٦/١٣هـ المشفوعات: أداة الدراسة

مطابع جامعة أم القرى

ملحق رقم (١٠)

خطاب إدارة التربية والتعليم بمحافظة جدة للمدارس الثانوية بالتطبيق

بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
الإدارة العامة للتربية والتعليم (بنين) بمحافظة جدة
(٢٨٠)
وحدة التخطيط و التطوير التربوي

وزارة التربية والتعليم
MINISTRY OF EDUCATION

الرقم: ٣٢٠٤١٧٣٨/٢
التاريخ: ١٨/٦/١٤٣٢هـ
شعبة: البحوث التربوية
المرفقات:

الموضوع: تسهيل مهمة باحث

اسم الباحث: الحسين حسن محمد سيد
عنوان البحث: الصلابة النفسية والمساندة الإجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة
الجهة: جامعة أم القرى
مجتمع البحث: طلاب المرحلة الثانوية بالتعليم العام
أداة البحث: (٣) مقاييس

المكرم / مدير المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد:

بناءً على خطاب عميد كلية التربية رقم١٤٧٦ / ١ وتاريخ ١٤٣٢/٦/١٣هـ وموافقة وحدة البحوث والدراسات التربوية، آمل مساعدة الباحث على تطبيق أداة بحثه مالم يكن هناك ما يمنع نظاماً، علماً بأن الباحث يتحمل المسؤولية المتعلقة ببحثه.

وتقبلوا تحياتي ،،،،،،،،،

مدير عام التربية والتعليم بمحافظة جدة

عبد الله بن احمد الثقفي

ص/ لوحدة التخطيط والتطوير
الزغفي